



#BEACTIVE

EUROPÄISCHE WOCHE DES SPORTS
23. - 30. SEPTEMBER



ALLE interessierten sind herzlich eingeladen sich zu bewegen!

Sonntag, 27.09:

- **13:00 Uhr Begrüßung, Einweisung, etc.**
- **13:15 Uhr Intervallwalking mit Wandern (ca. 60 min.)**
- **13:15 Uhr: Zumba im Hallenanbau oder im Freien für alle Tanzbegeisterten**
 - **Ab 14:00 Uhr:** Kaffee, Muffins, Brezel/ Butterbrezel sowie Kaltgetränke im Eingangsbereich der Sporthalle**
- **14:00 – 17:00 Uhr:** Abnahme Europäisches Fitnessabzeichen in der Sporthalle oder im Freien (Fitnessstest für JEDEN)
- **15:00 Uhr Rückenfitness** im Hallenanbau für Mann und Frau egal welchen Alters*
- **Ca. 16:15 Uhr Gewinnspiel mit verschiedenen Stationen im Freien für Groß und Klein**

*Dauer der Mitmachangebote: ca. 45 min.

**Unkostenbeitrag je 1,- €

Die Teilnahme ist für alle kostenfrei. Der TV freut sich auf dein Kommen.

Rückfragen gerne bei **Miriam Boschert**

per Handy: 0171 4272620 oder

per Mail: miriam.sporttreff@gmx.de

www.beactive-deutschland.de