

AM 10.3.2018 VON 10-18 UHR

IN TINGLEFF, DT. SPORTHALLE

SPORT- & VEREINSMESSE



Informiert euch über die Angebote der Vereine und findet EUREN Sport!

Viele Vereine sind mit Infoständen vor Ort und erwarten Euch!

Euch erwarten außerdem: verschiedene „Spielplätze“, Drohnenfliegen, Ergometerrudern, Parkour, Niedrigseilgarten und vieles mehr

Besondere Aktionen zum Anschauen, Ausprobieren und Mitmachen (gerne Sport-/Badezeug mitbringen):

10:15 Trille-Trolle-Handball für die Kleinsten Vorführung (5-10 min)	10:30 HipHop-Tanz Aufwärmen für alle und Vorführung	10:30 Crossfit
11:00 Trille-Trolle-Handball für die Kleinsten zum Mitmachen (15min)	11:00 Fitness-Kurz-Einweisung	11:00 Aquaspinning und Aquafitness (30 min) zum Anschauen und Mitmachen
11:15 Rhönrad Vorführung (5 min) und Ausprobieren	11:30 Hip-Hop- Workshop (30 min)	
	12:00 HipHop-Tanz- Vorführung inkl. WorkshopTN	12:00 Sitz-Gymnastik (15min) und Gymnastik für alle (15min)
12:30 Rhönrad Vorführung (5 min) und Ausprobieren		12:30 Crossfit
	13:00 Fitness-Kurz-Einweisung	
13:30 Rhönrad ausprobieren	13:30 Waveboard fahren	13:30 Aquaspinning und Aquafitness (30 min) zum Anschauen und Mitmachen
14:00 Trille-Trolle-Handball für die Kleinsten zum Mitmachen (15min)	14:30 Sitz-Gymnastik (15min) und Gymnastik für alle (15min)	14:30 Crossfit
15:00 Trille-Trolle-Handball für die Kleinsten zum Mitmachen (15 min)	15:00 Fitness-Kurz-Einweisung	
15:30 Rhönrad ausprobieren	15:30 Waveboard fahren	15:30 Aquaspinning und Aquafitness (30 min) zum Anschauen und Mitmachen
16:00 Waveboard-Parkour- Wettkampf		
16:30 Rhönrad ausprobieren	16:30 Sitz-Gymnastik (15min) und Gymnastik für alle (15min)	16:30 Crossfit
	17:00 Fitness-Kurz-Einweisung	(Ergänzungen/Änderungen vorbehalten)

Für's leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt:

Slushice, Popcorn, Pommes, vegetarische Pizzaschnecken, Würsthörner, Getränke (Sprudel, Bier, Selter), Kaffee, Kuchen etc.