

Breidenbach in Bewegung

Sportaktionstag für Klein & Groß

4. Mai von 9.00 Uhr
bis 18.00 Uhr

Veranstaltungsort: Perftalhalle,
Gemeindeturnhalle, Schule und Außengelände

INTERSPORT
BEGRO **KRUG**
... preiswert *in* Mode



Aktivitätenplan

Uhrzeit	Gemeindeturnhalle	Perftalhalle 1	Perftalhalle 2	AULA	Mini-Fußballfeld	Außenbereich/Schulhof	Schulhof
9:00 Uhr bis 9:30 Uhr		Begrüßung Gemeinsamer Beginn					
10:00 Uhr bis 11:00 Uhr	Schützenverein/ Team Bogenschießen Reinschnupern in den Schießsport	ASC/ Anni Hoch Rückenfit/ WSG. Übungen zum Muskelaufbau, Tipps und Info zur WBS, sowie zu Haltung und Bewegung	FV 09 - TT/ Team Tischtennis Tischtennis zum ausprobieren; versch. Trainingsstationen; Tischtennisroboter; für jedes Alter ist etwas dabei	Trachtentanzgruppe Kindertanz Altes und Neues im Zusammenspiel	FV 09/ Team Lernt mit dem Ball umzugehen	DRK/ I. Benner Nordic-Walking Treffpunkt: Perftalhalle „Einführung in die Technik & Umsetzung“ Stöcke werden kostenlos verliehen	Sri-Club/Team Kletterwand
11:30 Uhr bis 12:30 Uhr	VHS/ A. M.-Eckhardt Step-Aerobic Einfache Schritte zu aktueller Musik. Eine Ausdauerstunde die Spaß macht!	ASC/ Team Spielen – laufen – werfen – springen aus der Leichtathletik für junge Leute, aber auch für ältere wie z.B. Vorübungen für das Sportabzeichen		DRK/ E. Eckhardt Seniorentanz Kreistänze und Line-Dance	FV 09/ Team Bambinitreff	CVJM/ A. Weinöhl Indiaca Das uralte Spiel der Indianer	
12:30 Uhr bis 14:00 Uhr	MPS Perftal Mittagspause: Essen und Getränke						
14:00 Uhr bis 15:00 Uhr	Schützenverein/ Team Bogenschießen Reinschnupern in den Schießsport	ASC/ Anni Hoch Ausdauer-HKL Abwechslungsreiches Training; Einsatz versch. Geräte wie Stepper, Bälle, Reifen usw. Lass Dich überraschen!	FV 09 - TT/ Team Tischtennis Tischtennis zum ausprobieren; versch. Trainingsstationen; Tischtennisroboter; für jedes Alter ist etwas dabei	Jugendpflege/ J. Schmitt Let's Dance Lasst Euch überraschen	FV 09/ Team Mädchen ran an den Ball	DRK/ I. Benner Nordic-Walking Treffpunkt: Perftalhalle Fortgeschrittene: „Mit den Stöcken unterwegs.“ Stöcke werden kostenlos verliehen	Sri-Club/Team Kletterwand
15:30 Uhr bis 16:30 Uhr	VHS/ A. M.- Eckhardt AROHA Ein Mix aus kraftvollen und entspannenden Bewegungen die Euch begeistern werden	Modellflugverein/ Team „Born to Fly“ Piloteneignungstest Fliegen erlernen für jedermann; Flugshow von unseren Piloten		Trachtentanzgruppe Seniorentanz Lasst die Tradition aufleben!	FV 09/ Team Das runde Ding und Ich	CVJM/ A. Weinöhl Indiaca Das uralte Spiel der Indianer	Jugendpflege/ Team Spielmobil
17:00 Uhr bis 18:00 Uhr	DRK/ E. Eckhardt Seniorengymnastik Für alle, die sich fit halten wollen	VHS/ A. M.- Eckhardt Pilates Der Weg zur Körpermitte. Ein schonendes Ganzkörper-Training. Ein wunderschöner Tagesabschluss	CVJM/ A. Weinöhl Volleyball Ein spannendes Match über das Netz.	Jugendpflege/ E. Müller Tischhocker Wie wäre es mit einem kleinen Turnier?	FV 09/ Team Das große Finale	Viel Spaß!	

Bitte zusätzliche Hallenturnschuhe mitbringen.