

SUMMER

Moves

ASC 46 gemeinsam. In Bewegung!



PROGRAMM

Start: 11:00 Uhr

Eröffnung: 12:00–12:15 Uhr

Ende: 16:00 Uhr

BASKETBALL	3x3 Turnier	ganztägig
BOXEN	Trainingsring zum Mitmachen und Zuschauen	ganztägig
CHEERLEADING	Auftritte	ganztägig
FREIWILLIGENDIENSTE	Infostand und kleine Spiele	ganztägig
GYMNASTIK	Hockergymnastik Tabata Hoop Fitness TwerXout Zumba	11:00–12:00 Uhr 12:15–13:00 Uhr 13:00–14:00 Uhr 14:00–15:00 Uhr 15:00–16:00 Uhr
HIGH PERFORMANCE	Outdoor Kurs 1 Outdoor Kurs 2	11:00–12:00 Uhr 12:30–13:30 Uhr
KiSSBe	Kinderschminken Hoppel und Bürste das Mini-Sportabzeichen	ganztätig ganztätig
ORIENTIERUNGSLAUF	Mitmachangebot im Jahnstadion und um den Kiessee	ganztägig
PARKOUR	Ninja Parkour	ganztägig
SENIOREN	Verleihung des Gütesiegels „Altersgerechter Sportverein“ Rollator-Führerschein Jakkolo und Gesellschaftsspiele	12:00 Uhr ganztägig ganztägig
SPORTABZEICHEN	Möglichkeit zum Ablegen des Deutschen Sportabzeichens	ganztägig
TISCHTENNIS	Mitmachangebot	ganztägig
TRENDSPORTARTEN	Disc Golf, Roundnet, HobbyHorsing	ganztägig
TURNEN	Turnen auf dem Schwebebalken zum Ausprobieren und Zuschauen Spiel- und Bewegungslandschaft mit Airtracks und Imagination Playground	ganztägig ganztägig
WALKEMÜHLE	Gesunde Füße und Beweglichkeitstest	ganztägig
WANDERN	Schnupperwanderung zur Biotop-Landschaft am Flüthwehr	ab 12:15 Uhr