

Termine im Hallenbad

Wassergymnastik	Spiel und Spaß für Kinder
09:15	
10:15	
11:15	
12:15	
13:15	
	14:15
15:15	

Termine in der Märkischen Halle am Hallenbad

G-Weg Training	09.00 - 16.00 Uhr
für Menschen mit und ohne Gehstock/Rollator	
Gangschule und Sturzprophylaxe	

freies Bewegen in der Halle	09.00 - 15.00 Uhr
kleine Krabbelei für Kinder von 6 - 14 Monate	
ein Parcours	10.00 - 10.45 Uhr
Trendsport	11.00 - 11.45 Uhr
Dschungelabenteuer für Kids	15.00 - 15.45 Uhr

Termine im Park der Generationen

Fernöstliches	10.00 - 10.30 Uhr
Nordic Walking	10.45 - 11.30 Uhr
Fernöstliches	14.15 - 14.45 Uhr

Vereinsheim Blau Weiß

Vortrag	10.45 - 11.15 Uhr
" Vitalstoffe und Ihre Bedeutung für Muskeln und Gelenke "	