

TuS 1922 Gau-Bischofsheim - Familientag

Ablegung Sportabzeichen am Samstag, 18. Juli 2015

Der TuS Gau-Bischofsheim lädt für den Samstag, 18. Juli 2015, zur Ablegung des Sportabzeichens ein. Zu den sportlichen Aktivitäten und zur Teilnahme heißen wir die Familien, Jung und Alt sehr herzlich willkommen.

Zeit- und Ablaufplan

<u>Uhrzeit</u> (von - bis)	<u>Ort</u>	<u>Aktivitäten</u>
10:00	Sportplatz	Anmeldung der TeilnehmerInnen und Warm up
10:30 - 13:00	Sportplatz	Abnahme des Sportabzeichens in den <u>Disziplinen</u> : Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination
<u>parallel möglich:</u>		
11:00 - 12:00	Bischofmer Hall	Abnahme Übungen Geräteturnen
11:30 - 13:00	Radweg Am Sportplatz Richtung Harxheim	<u>Ausdauer:</u> 3.000 m Lauf, 7,5 Km Walking / Nordic Walking <u>Schnelligkeit:</u> 200m Radfahren
13:00	Ende	
Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an: Informationen zum Sportabzeichen:		Rolf Mähnert, Tel.: 06135 / 3507 www.deutsches-sportabzeichen.de