



Keep in Move Events
Jorge Olivares
Am Dorfteich 16
24107 Ottendorf
Fon: 0431-90861239
Fax: 0431-53018459
Mobil: 0177-2755722
E-Mail: keepinmove@aol.com
Internet: www.keepinmove.de

Sport & Kinderanimation vom 07.07.-31.08.2018

Dienstags: Treffpunkt am Keep in Move Anhänger

- 09.00 – 09.45 Uhr: **Nordic Walking Erlebnis**
- 10.00 – 10.45 Uhr: **Rückenfit/Stretching/Entspannung**
- 11.00 – 12.00 Uhr: **Beachvolleyball**
- 13.00 – 14.00 Uhr: **Crossboule/ Wikingerschach/ Rückschlagspiele**
- 14.00 – 15.00 Uhr: **Hip Pop für Jedermann**
- 15.00 – 16.00 Uhr: **Skimboard für Anfänger**

Donnerstags: Treffpunkt am Keep in Move Anhänger

- 09.00 - 09.45 Uhr: **Nordic Walking**
- 10.00 – 10.45 Uhr: **Body Workout Fitness**
- 11.00 – 12.00 Uhr: **Beachsport für Jedermann**
- 13.00 – 14.00 Uhr: **Skimboard for Teens**
- 14.15- 15.00 Uhr **Beachsoccer für die Familie**
- 15.00 – 16.00 Uhr: **Beachspiele für die ganze Familie**

Samstags: Treffpunkt am Keep in Move Anhänger

- 09.00 – 09.45 Uhr: **Beachrunning für**
- 10.00 – 10.45 Uhr: **Rückenpower (Tubes, Therabänder, Gewichte)**
- 11.00 - 12.00 Uhr: **Beachvolleyball (Fitness & Techniktraining)**
- 11.00 - 12.00 Uhr: **Kleine Ballspiele/Kinderspiele**
- 13.00 - 13.45 Uhr: **Trendsportarten (Indoboard, Hip Pop, Slackline etc.)**
- 14.00 - 15.00 Uhr: **Skimboard und Beachgames**

Änderung vorbehalten!