

1. Offenhausener Fitness-Tag

am Sonntag, den 9. September 2012

10:00 – 18:00 an der KTZV-Halle in Offenhausen
und am angrenzenden Outdoor-Fitness-Parcours



Den ganzen Tag über bieten wir Ihnen Bewirtungsbetrieb mit zünftiger Live-Musik - für alle Sesshaften und diejenigen, die nach etwas sportlicher Betätigung Entspannung und Kalorienausgleich suchen

10:00 Uhr: Mountain-Bike Tour
ca. 2 Stunden, bei Bedarf auch in zwei Gruppen

11:00 Uhr und 13:00 Uhr: Nordic Walking Tour
unter Anleitung, ca. 1 Stunde, Stöcke können ausgeliehen werden



14:00 – 16:00 Uhr: Übungen an den Outdoor-Fitnessgeräten
unter Anleitung, zum Zuschauen und selber machen

Interessante Infostände rund um das Thema Fitness
Fachliteratur, eBikes, ...

Für jung und alt – nicht nur für Freizeitsportler, oder solche die es werden wollen – Gäste aus Nah und Fern sind ganz herzlich eingeladen!

Ob Wandern, Walken, Biken oder Übungen an den Fitnessgeräten – Bewegung an der frischen Luft tut Kreislauf, Körper und Seele gut!

Ab 10:00 Uhr Weißwurstfrühschoppen mit zünftiger Livemusik
Nachmittags mit Kaffee und Kuchen

**WIR FREUEN UNS
AUF IHR KOMMEN!**

Unabhängiger
Bürgerblock
Offenhausen