

## Zum **Marktfest Schonnebeck 2011** ...

# Aktiv- und Gesundheits-Programm der GSG Jugendhalle **Sonntag, 05.06.2011**

### Aktiv-Programm:

*(Große Halle)*





 *Machen Sie mit bei unserem kostenlosen Aktiv-Programm und schauen Sie der Artistin „Nephelim“ bei ihren Kunststücken am Luftreifen und am Vertikaltuch zu!*

12:00-12:30 Uhr	Step für Einsteiger
12:30-13:00 Uhr	Bodyforming
<b>13:00-13:15 Uhr</b>	<b>Vorführung: Luftreifen (Artistin „Nephelim“)</b>
13:15-14:00 Uhr	Yoga
14:00-15:00 Uhr	Spiel und Spaß mit dem großen Schwungtuch (Kinder 4-8 Jahre)
<b>15:00-15:15 Uhr</b>	<b>Vorführung: Vertikaltuch (Artistin „Nephelim“)</b>
15:15-16:00 Uhr	Orientalischer Tanz/Bauchtanz
16:00-16:30 Uhr	Rücken Fit
16:30-17:00 Uhr	Fit Mix

### Gesundheits-Programm:


*(Gymnastikhalle)*

 *Machen Sie mit bei unserem kostenlosen Gesundheits-Programm ...*

11:00-17:00 Uhr	 Blutdruckmessung	 Fettmessung
	 Blutzuckermessung	 Lungenfunktionstest

### Information und Beratung:

*(Infostand Marktplatz)*

 *Informieren Sie sich über unsere Aktivitäten und Angebote im Sport- und Gesundheitsbereich, über unsere Kursangebote ... wir beraten Sie gerne!*

11:00-17:00 Uhr	Informationsstand auf dem Marktplatz
-----------------	--------------------------------------

**Das Team des Sport- und Gesundheitszentrums  
– GSG Jugendhalle Schonnebeck –  
wünscht Ihnen eine aktive und gesunde Zeit !**