



**Sport
für Alle**

25./26. April

Sport in der Natur

HOFGARTEN

OSTPAVILLON



48





Programm

Donnerstag
25. April

Kostenlos

Ohne
Anmeldung

10:00 - 11:00 "Fit und gesund" - Ganzkörpertraining
Martina Geerds

Geübte

12:45 - 13:45 Sport am Mittag
Martina Beck

Jedermann

15:30 - 17:00 Orientierungslauf für Familien - 1km freie Startzeit
Annika Kotulla

Familien

17:00 - 18:30 Kinderturnen "Outdoor"
David Röseler, Gundula Pircher

3-6 Jahre

18:00 - 18:45 "Reha-Sport" zum kennenlernen
Martina Beck

Jedermann

Getränke
und
Kleine Snacks

Im
Ostpavillon

48





Programm

Freitag
26. April

Kostenlos

Ohne
Anmeldung

14:30 - 15:30 "Walken" - Im Hofgarten
Martina Beck

Jedermann

15:00 - 16:30 "Workout Walk" - Vom Hofgarten zur Veste
Katrin Amberg

Geübte

16:00 - 18:00 "Airminton" - Badminton Outdoor
Fabian Rössle

Jedermann

17:00 - 18:00 Kinderturnen "Outdoor"
Muhammer Nacak, Katrin Amberg,
Stefan Rose, Monika Rakisch

3 - 10 Jahre

17:00 - 18:00 Ernährung bei Gelenkschmerzen
Vortrag von Annette Schroth - Heilpraktikerin

17:00 - 18:00 Pilates
Martina Geerds

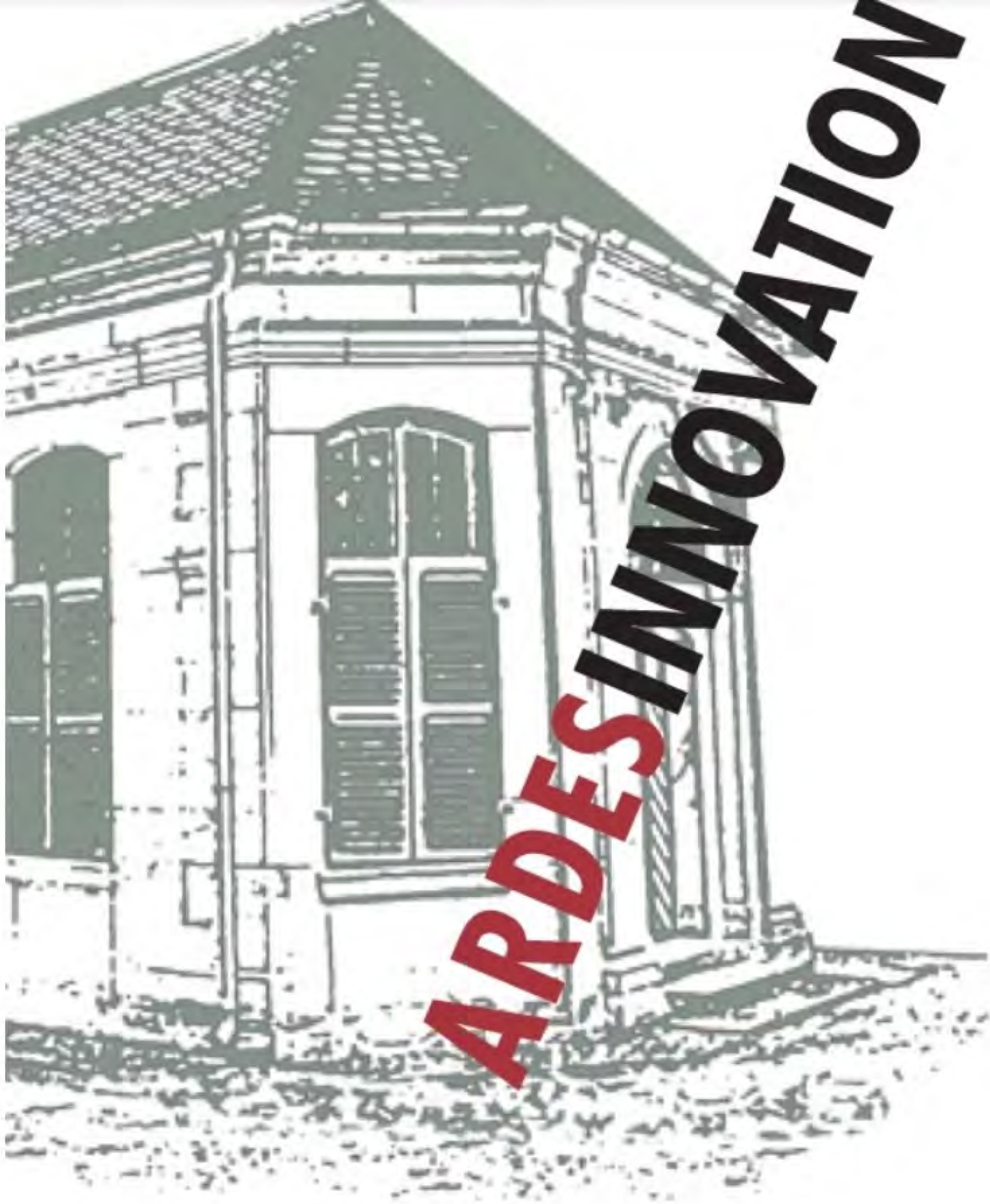
Jedermann

Getränke
und
Kleine Snacks

Im
Ostpavillon

48





Wir gestalten Ihre private Feier. Ob **Hochzeit** oder **Geburtstag**, **Firmenveranstaltung** oder **Ausstellungen**.
Im wunderschönen Ambiente unseres Ostpavillons im Hofgarten in Coburg.

Ansprechpartner:

Ardes Innovation, Martina Beck
Mail: innovation@ardesmodellbau.de
www.ardesinnovation.de
Tel. 0178 1707828

Erleben – Geniessen – Feiern – Präse

