


Impressionen - Frühlingskreiskurs 35+ / 55+ in Hindelbank - 1. März 2025

	Kreiskurs Hindelbank
	01.03.2025

Stundenplan

Zeit	Gruppe 1		Gruppe 2	
	Thema	Halle	Thema	Halle
11:00-11:30	Eintreffen / Anmeldung			
11:30-11:45	Begrüssung / Kurseröffnung			
11:45-13:15	werfen, fangen, rollen, laufen	1	Fitness-Studio in der Turnhalle	2
13:15-13:35	Pause			
13:35-15:05	Fitness-Studio in der Turnhalle	2	Netzbball – Trainingsideen, Spielregeln und Spielpraxis	1
15:05-15:30	Pause			
15:30-17:00	Netzbball – Trainingsideen, Spielregeln und Spielpraxis	1	werfen, fangen, rollen, laufen	2
17:00-17:15	Gemeinsamer Ausklang			

**Herzlich willkommen am
Kreiskurs! ☺**



Werfen, Fangen, Rollen, Laufen





Impressionen Kreiskurs Hindelbank 2025



Fitness-Studio in der Turnhalle







Pause



Netzball – Trainingsideen, Spielregeln und Spielpraxis







Impressionen Kreiskurs Hindelbank 2025





Ein herzliches Dankeschön an das Leiterteam



Markus Schenk, Patricia Graf, Barbara Seiler, Rebekka Eggenberg, Urs Schweingruber

Patricia Graf-Obrist, März 2025