

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

	<b>Kreiskurs Hindelbank</b>
	<b>01.03.2025</b>

## 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



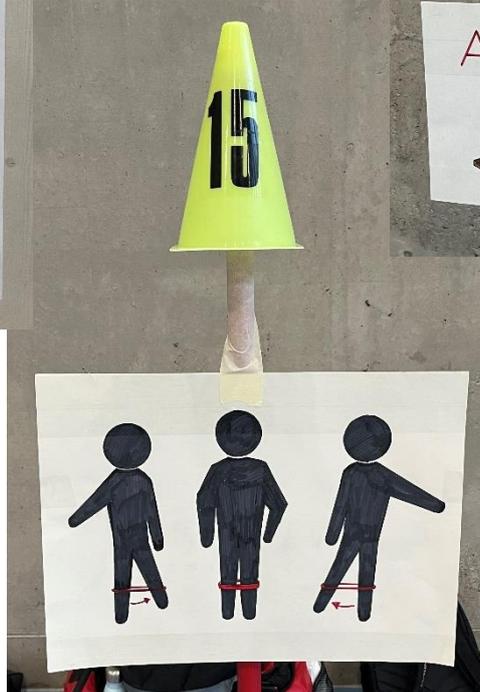


Impressionen Kreiskurs Hindelbank 2025



# Fitness-Studio in der Turnhalle







# Pause



# Netzball – Trainingsideen, Spielregeln und Spielpraxis





Impressionen Kreiskurs Hindelbank 2025



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**