



5. Fit for Fun

Eintritt frei

Eröffnung
ab 11.00 Uhr

17.15 Uhr
großer
Kidslauf

Sonntag,
12. August 2018



GesundHarz e.V.

Kommen, mitmachen, Spaß haben

Das Open-Air Fitness-Event mit Kinderprogramm im Kurpark von Bad Lauterberg

Großes Kletternetz
für Kids

Tolle TOMBOLA
mit super Preisen

Hüpfburg
für Kids

PROGRAMM I

11.00 – 17.00
Große Aktion:
Typisierung

11.10 – 11.40
Balance -
sanftes Bodystyling

11.50 – 12.20
Balance -
RückenFit

12.30 – 13.00
Andrea Nielbock -
Qi Gong

13.10 – 13.40
Balance -
Pilates

13.50 – 14.20
revita -
AROHA®

14.30 – 15.00
revita -
KAHA®

15.10 – 15.40
Andrea Nielbock -
Achtsamkeit

15.50 – 16.20
revita -
Handtuch Gymnastik

16.30 – 17.00
Balance -
Zumba®

PROGRAMM II

BALANCE – JUMPING FITNESS • DAS TRAMPOLIN WORKOUT • GANZTÄGIG

VORABRESERVIERUNG WIRD EMPFOHLEN
Tel. 05524/859859 oder
am Eventtag vor Ort

11.15 – 11.45
12.00 – 12.30
13.00 – 13.30

13.45 – 14.15
14.30 – 15.00
15.45 – 16.15

BARMER
mit der T-WALL

Für das leibliche Wohl
ist Bestens gesorgt

DAK – Gesundheit
mit ICAROS –
Virtual Reality Workouts