

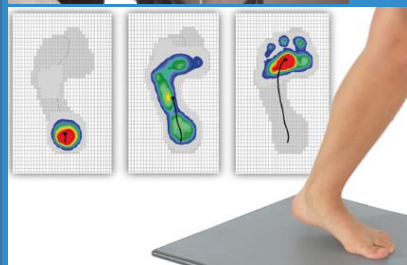
Programm - Flyer

Programm - Flyer

Programm - Flyer



Mach mit



Mach mit

# Die „Linde“ bewegt Menschen

Sportplatz – Linde 3 – 42287 W-tal - Ronsdorf

# Gesundheitstag

# „opp“ Linde

Samstag, 06. Mai 2017  
14 bis 18 Uhr



Mach mit



Hör zu



**-- Gesund bewegen -- Gesund ernähren -- Fitness --**



Gesundheitstag "opp" Linde, Sa. 06. Mai 2017		Uhrzeiten								
		14:00	14:30	15:00	15:30	16:00	16:30	17:00	17:30	18:00
Vorführungen je 20-30 min.										
1	Mach mit ! Bewegungs-/ Functional Training / Trainer Roy Dümichen		x					x		
2	Mach mit ! Faszien Fitness / Trainer Roy Dümichen			x					x	
3	Mach mit ! Bogenschießen mit "Konzentration + Kraft" / ESV - W-tal	durchgängig								
4	Mach mit ! Spaßfußball "Bubble Soccer"/ viel Bewegung & Spaß/ Klaus Ort	durchgängig								
5	Hör zu ! "Aktiv leben - bis ins hohe Alter"/ Vortrag von Roy Dümichen					x				x
6	Hör zu ! "Gesund ernähren - Basis für Fitness"/ Vortrag von Carola Halbach				x				x	
7	Kontrolliere dich ! Puls & Blutdruckmessung / Sanitätshaus C.Beuthel	durchgängig								
8	Kontrolliere dich ! Fußabdruckmessung / Sanitätshaus C.Beuthel	durchgängig								
9	Schau zu ! Fußballtraining - Vorführung von DFB-Mobil	durchgängig								
10	Stärke dich ! Buffet "gesunde Ernährung"	durchgängig								
11	Stärke dich ! Grillstation	durchgängig								
Weitere Teilnehmer / Stände , Verkauf & Infos / Sponsoren										
12	Stadtsportbund Wuppertal	Stand: Infos „Gesund in Wuppertal“								
13	Pura-Vida Ronsdorf / Julian Wittig	Stand: Verkauf & Infos zu Bioprodukten								
14	FOREVER TEAM Carola Halbach	Stand: Infos zur Nahrungsergänzung / Natürliche Gesundheit								
Sponsoren		Volksbank Remscheid-Solingen eG + Barmenia Versicherungen								

Eröffnung

Ende



...eine gesunde Basis schaffen!



Stadtsportbund Wuppertal e.V.



**Barmenia**  
Versicherungen  
Leben | Kranken | Unfall | Sach



**Volksbank**  
Remscheid-Solingen eG  
Ihre Bank im Bergischen Land.