

**EINTRITT
FREI!**

**20. MAI 2017
10 UHR**

**PETER-JOSEPH-LENNÉ OBERSCHULE
VON-CANSTEIN-STRASSE 2
15366 HOPPEGARTEN**

Schirmherrschaft:
Frauenministerin Diana Golze
Bürgermeister Karsten Knobbe

Gefördert vom:



FRAUENSSPORT**TAG**

HOPPEGARTEN



Zeitplan

Uhrzeit		11.30-12.15	12.45-13.30	14.00-14.45	15.15-16.00	Ansprechpartner		
2-Felder-Halle	Sport-halle klein	Eröffnung mit Vereinssportshow 10.00 - 11.00 Uhr						
		ab 11.00 Uhr "Gewalt gegen Frauen - nicht mit uns" an verschiedenen Stationen				Gesamtleitung: Maria Spielmann		
		Ju-Jutsu Maria Spielmann	Karate Nicole Springer	Taekwondo Günther Ixmann	Ringern Jörg Schönfelder			
Schule	Haus 4	EG	Bailaroo® Basisprogramm	Bailaroo® X-treme (stehend und liegend)	Bailaroo® Basisprogramm	Bailaroo® X-treme (stehend und liegend)	Lilly Charlet	
		1	Bailaroo®Bestseller (Senioren + gesundh. Eingeschränkte)	Bailaroo®Bestseller (Senioren + gesundh. Eingeschränkte)	Bailaroo®Bestseller (Senioren + gesundh. Eingeschränkte)	Bailaroo®Bestseller (Senioren + gesundh. Eingeschränkte)	Doreen Charlet	
	Haus 3	1. OG	Easy Latin (Choreo)	What a feeling (Aerobic & Dance Mittelstufe)	Back to 80ies (Aerobic & Dance Mittelstufe)	24K Magic (Funky Dance Choreo)	Jana Krüger	
		1	Flamenco	Flamenco	Flamenco	Flamenco	Joya-Sophia Horn	
	Haus 2	EG	Fitness- und Gesundheitscheck				BPRSV e.V.	
		1	Alltags-Fitness-Test ab 60 Jahre				Maria Fürstenberg Martina Tornow	
	Haus 1	1. OG	4	Line Dance	Line Dance	Line Dance	Line Dance	Carola Jaß
			3	Tanz für "reife" Frauen	Tanz für "reife" Frauen	Tanz für "reife" Frauen	Tanz für "reife" Frauen	Kerstin Zahn
		EG	2	Aroha®	Beckenboden	Aroha®	Beckenboden	Andrea Schmiel
			1	Tae Bo®	Tae Bo®	Tae Bo®	Tae Bo®	Anne Reiche
		EG	4	Workout mit dem Step	Workout mit dem Step	Workout mit dem Step	Workout mit dem Step	Corinna Bähr
			3	Step-Aerobic (Anfänger)	Step-Aerobic (Anfänger)	Step-Aerobic (Anfänger)	Step-Aerobic (Anfänger)	Kerstin David
2			Zumba®	Fatburner-Training	Zumba®	Fatburner-Training	Natalya Bila	
1			Step-Aerobic (Mittelstufe)	Zumba®	Step-Aerobic (Mittelstufe)	Zumba®	Christina Schirnick	
1. OG			4	Body fit	Body fit	Body fit	Body fit	Dana Soete
			3		Faszien Training	Pilates mit Redonoball	Pilates mit Redonoball	Dr. Carola Wiesner
EG	2	Qigong	Qigong	Qigong	Qigong	Gert Bäßler		
	1	Yoga - Pilates	Yoga - Pilates	Pilates	Pilates	Brigitte Bäßler Zuzanna Max-Kurth		
	4	Gesunder Rücken	Gesunder Rücken	Gesunder Rücken	Gesunder Rücken	Ramona Rosner		
	3	Faszien Training (Theorie und Praxis)	Faszien Training (Theorie und Praxis)	Faszien Training (Theorie und Praxis)	Faszien Training (Theorie und Praxis)	Manuela Gaida-Voigt		
Rasenplatz	1	2	Faszien Training	Faszien Training	Faszien Training	Thomas Kaiser		
		1	Ich bewege dich mit Smovey-Ringen	Ich bewege dich mit Smovey-Ringen	Ich bewege dich mit Smovey-Ringen	Ich bewege dich mit Smovey-Ringen	Gisela Apitz-Hahn	
Tischtennis Flexibar Bogenschießen Deutsches Sportabzeichen Volleyball Infrarotschießen Schach Krafttraining Nordic Walking Kletterwand Outdoor-Spiele						Kreissportbund MOL Vereine der Region Brandenburgische Sportjugend		

ALLE INFOS: WWW.LSB-BRANDENBURG.DE