

# KURSPLAN

2018

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

**SAMSTAG**

**SONNTAG**

09.00 - 09.30 Strandgymnastik Handtuch als Unterlage	09.00 - 09.30 RückenFit Handtuch als Unterlage	09.00 - 09.30 Bauch-Beine-Po Handtuch als Unterlage	09.00 - 09.30 Strandgymnastik Handtuch als Unterlage	09.00 - 09.30 RückenFit Handtuch als Unterlage		
10.00 - 11.00 Kleine Strandforscher	10.00- 10.50 Qi Gong Anmeldung: 0170 235 27 13	10.00 - 11.00 Geocaching	10.00 - 11.00 Nordic Walking am Meer	10.00 - 11.00 Strandolympiade für Kinder	10.00 - 10.30 Bauch-Beine-Po Handtuch als Unterlage	10.00 - 10.30 Strandgymnastik Handtuch als Unterlage
11.00 - 12.00 Strandolympiade für Kinder	10.30 - 12.00 Beachtennis Turnier	11.00 - 12.00 Sandfiguren- wettbewerb	11.00 - 12.00 Boccia	11.00 - 12.00 Kleine Strandforscher	10.30- 12.00 Stand-up-Paddling Contest	11.00 - 12.00 Sandfiguren- wettbewerb
13.00 - 15.30 Volleyball Turnier	13.00 - 15.30 Beachsoccer Turnier	13.00 - 15.30 Beachhandball Turnier	13.00 - 15.30 Volleyball Turnier	13.00 - 15.30 Beachsoccer Turnier	13.00 - 15.30 Volleyball Turnier	13.00 - 15.30 Beachtennis Turnier

## Schon einmal **STAND-UP-PADDLING** probiert?

Unsere Boards könnt Ihr während der  
Öffnungszeiten für 5,00 € pro Stunde mieten.  
(Kinder nur in Begleitung von Erwachsenen)



0160 587 53 20  
(auch WhatsApp)