

+++SPORT, Graffiti und Karneval+++Mitmach-Programm +++ Anfahrt +++SPORT, Graffiti

Karneval



SPORTout-familienFEST am
17. August 2024 von 11h-15h

NEU: SPORT
UND
KUNST

Herzlich Willkommen ! -

zu unserem nächsten sportlichen Highlight 2024!

Für alle 1500 Mitglieder im TuS, die „jeck auf Bewegung sind“, für die Bewohner im Siebengebirge, für alle Spontan-Sportler von überall her -,

➔ PSSST: 4 Vereine – 4 KursKarten **VERLOSUNG**
von 4 KursKarten im Wert von jeweils 50 EUR

zieht Euch um, ab in die Beach-Arena,
seid dabei und mittendrin!

Hier seht Ihr die sportlichen Angebote unseres kostenfreien

Mitmach-Programms

- | | |
|---------------|--|
| bis 11:15h | Anmeldung Doppel-Beachtennis-Konkurrenz |
| 11:30h | Start Beachtennis -Konkurrenz mit Heike Jüngling und Bürgermeister Lutz Wagner |
| 11:45h | Start Beachvolleyball -Turnier |
| 12-13h | Outdoor- Pilates mit Nicole Brungs |
| 12:30h-13:30h | Kampfsporttraining mit Dr. Matthias Papenfuß,
(weitere Demo um 17:30h) |
| 13:40h | Mini-Bootcamp: „ Office Helden “ – stark für Rücken + Nacken |
| 14:00h | Mini-Bootcamp: „ Power-HiiT “ – wer Schweiß und Kalorienverbrauch liebt |
| 14:30-15h | finales Tanzvergnügen: Linedance...und alle machen mit:
sportliche Jecken und jecke Sportler |



...und noch mehr Info und Angebot gibt's auf Seite 2!

Ganz schön
jeck! 😊

NEU: SPORT und KUNST

Mini-Graffiti zum Mitnehmen: Sprüh' Dir Dein Gymbag selbst!

Foto-Shooting für TuS-Helden: Mach' mit und sei ein Engel! So wirst Du zum Star!

(Insta: #TuS05-Helden!)



Außerdem?

KinderWelt: Schminken (mit dem Kindergarten Sandscheid), Hüpfburg, Schwungtuch und Wasserspiel für Kleinkinder

Beach-Arena: Beachvolleyball, Beachtennis, Beachsoccer, Boule

GymWelt: Mitmach-Zirkelstationen

Allround-Sport: Mini-Fußball, Roundnet... **die ganze Vielfalt im TuS!**

UND nach 15h? Bleibt oder kommt zur



Jeck(n) Sommerparty

bis 22h



mit de



Domstürmern un' Kaschämm!



© by Narrenzunft,
Spitzenmänner &
Zunftfrauen

...was ist mit Anfahrt und so? Siehe Seite 3...



+++ Anfahrt+++

Für unser SPORtout-Fest nutzen wir den Hartgummi-Platz. Die Parkplätze am Saunapark stehen nicht zur Verfügung. **Parken** könnt Ihr auf dem zum „Alten Sportplatz“ zugehörigen Parkplatz an der Theodor-Storm-Straße. Allerdings sind die Parkmöglichkeiten vor Ort begrenzt.



Fit for you and planet blue

Darum kommt, auch aus Rücksicht gegenüber den Anwohnern, vorbei: zu Fuß, mit dem Fahrrad, mit dem Bus oder als Fahrgemeinschaft.

+++Kosten++

Alle Angebote sind kostenfrei. Wasser steht gegen Spende zur Verfügung. Schläger, Bälle und Boxhandschuhe können gegen Spende oder Pfand ausgeliehen werden.

Zum Abschluss

Lasst Euch anstecken von der TuS-Sportfamilie, von motivierten Übungsleitern und einem attraktiven Mitmach-Programm!

Lasst uns gemeinsam, auch durch Euch, die neue Vielfalt im TuS entdecken und die „Beach-Sport-Arena“ Oberpleis zum Beben bringen - mit sportlicher Energie, musikalischen Vibes und geselliger Plauderei!

Wir sehen uns!

Euer TuS05 Oberpleis



Vielfalt im TuS05 Oberpleis bewegen.erleben.wohlfuehlen!

Karneval++SPORT, Graffiti und Karneval++Mitmach-Programm++Karneval++Anfahrt ++SPORT