

## **#BeActive – Europa bewegt sich und wir machen mit!**

Wann:

**29.09.2018 ab 10.00 Uhr**

Wo:

### **Sportgelände, Sportplatz am Sportrestaurant VFL e.V. Dettenhausen**

Die Abteilungen des VFL e.V. Dettenhausen laden Euch ein den neuen Bewegungspark kennenzulernen, verschiedene Kurse zu entdecken, in die Angebote der Abteilungen zu schnuppern und Euch bei der „Fitness Challenge“ zu messen.

10.00 h	Eröffnung und anschließende Einweihung des Bewegungsparks
bis ca. 12.30 h	Bewegungspark Zirkeltraining mit Ulrike, Nadine und Ina
13 h	Fitness Challenge
13.00 h – 14.30 h	FitnessKurse, Knieschule
14.30 h	Fitness Challenge
15.00	Winterworkout
16.00	Powerfit Kurs
17.00 h	Cross-Fitness

Ca. 18.00 Ende

