

# #BEACTIVE

## Programm zur Europäische Woche des Sports 23. – 30. September 2019

Nach dem Motto „It's time to #BeActive!“ sollen während der Europäischen Woche des Sports alle Menschen in Deutschland und der EU in Bewegung kommen.

Der VfL e. V. Dettenhausen folgt diesem Leitsatz und öffnet in dieser Woche Allen seine Angebote für ein Schnuppertraining:

### Montag, 23. September 2019:

- 9 – 10:15 Uhr Kurs VierFachFit (Festhalle)
- 16 – 17 Uhr Kindertanz ab 4 Jahren (Festhalle)
- 17 – 18 Uhr Dancing Girls (Festhalle)
- 18 – 19 Uhr No Type Dance Group – Jugend (Festhalle)
- 19:15 – 20:30 Uhr Fit & Aktiv (Festhalle)
- 17:45 – 19:15 Uhr Fußballtraining D- und F-Jugend (Sportplatz)
- 18 – 19 Uhr CrossFitness (Sportplatz)
- 18 – 19:30 Uhr Badminton – Jugend (Turnhalle)
- 19:30 – 21:30 Uhr Badminton (Turnhalle)
- 20 – 21 Uhr Breitensport (Turnhalle)

### Dienstag, 24. September 2019

- 18 – 19 Uhr Badminton (Turnhalle)
- 17:45 – 19:15 Uhr Fußballtraining E-Jugend (Sportplatz)
- 18 – 19:30 Uhr Fußball C-Jugend (Sportplatz)
- 19 Uhr Lauftreff (Sportplatz)

### Mittwoch, 25. September 2019

- 9 – 10:15 Uhr VierFachFit (Festhalle)
- 10:30 – 11:30 Uhr Knieschule (Festhalle)
- 17:45 – 19:15 Uhr Fußball D-Jugend (Sportplatz)
- 19 – 20 Uhr Walking (Sportplatz)
- 19 – 20:30 Uhr Fußballtraining Aktive und AH (Sportplatz)
- 17 – 18 Uhr Kinderturnen ab 5 Jahre (Turnhalle)
- 18 – 19 Uhr Kinderturnen ab 9 Jahre (Turnhalle)
- 18 – 19:30 Uhr Badminton, Jugend (Turnhalle)
- 19 – 20 Uhr Kurs Power Fit (Turnhalle)
- 19:30 - 21:30 Uhr Badminton (Turnhalle)

### Donnerstag, 26. September 2019

- 16 – 17 Uhr Bewegungstreff (Sportplatz)
- 17:45 – 19:15 Uhr Fußball E- und F-Jugend (Sportplatz)
- 18 – 20:30 Uhr Wanderung 13 km (Treff: Parkplatz Sportgelände)
- 17:15 – 18:30 Uhr VierFachFit (Festhalle)

### Freitag, 27. September 2019

- 17 – 18 Uhr Fußball Bambinis (Sportplatz)
- 17:30 – 19 Uhr Fußball C-Jugend (Sportplatz)
- 19 – 20:30 Uhr Fußball Aktive (Sportplatz)
- 19:30 – 20:30 Uhr Winterworkout (Turnhalle)

### Samstag, 28. September 2019

- 8 Uhr 22-km-Wanderung durch den Schönbuch (Treff: Parkplatz Sportgelände)
- 15 Uhr **1. Dettenhäuser Laufradrennen** für 3- bis 5-jährige Kinder, bitte eigenes Laufrad und Helm mitbringen! (Sportplatz)
- 16 – 17:30 Uhr Zirkeltraining Bewegungspark (Sportplatz)
- 17 - 19 Uhr Beachvolleyball (Sportplatz)

### Sonntag, 29. September 2019

- 9 Uhr Lauftreff Abt. Laufen/Walken (Sportplatz)
- 10 Uhr Gemütliche Radtour nach Rottenburg, 53 km (Treff: Parkplatz Sportgelände)
- Sanftes Hüft-/ Knie-Training
- Fit in den Sonntag
- ab 14:30 Uhr **Sunday Open** in der Turnhalle



### Kontakt für weitere Informationen und bei Fragen:

Geschäftsstelle VfL e. V. Dettenhausen  
[geschaeftsstelle@vfl-dettenhausen.de](mailto:geschaeftsstelle@vfl-dettenhausen.de)  
Ina Heine Tel. 0162/2374925

**Es ist keine Voranmeldung nötig!**



"Mein Verein, der mich bewegt!"