

KERL GESUND SPORTTAG FÜR MÄNNER

02.09.2023 | 10.00 – 15.30 Uhr
Alte Dorfstraße 26, 49811 Lingen (Ems)



Mehr Infos



VORTRAG VON

**DR. MED.
MICHAEL
GREIS**

MITMACHEN!

Ausprobieren! Spaß haben!



Boule



Dart



Tennis



Rollstuhlbasketball



Beachvolleyball



Nordic Walking



Luftgewehrschießen



Bubble Soccer



Starker Rücken

VERANSTALTUNGSABLAUF

- 10.00 Uhr Begrüßung und Eröffnung
10.15 Uhr Vortrag „Sport und Ernährung – Relevanz für den Freizeit-/Breitensport?“
11:15 – 12:15 Uhr Workshop-Phase 1
12:30 – 13:30 Uhr Workshop-Phase 2
Kurze Mittagspause mit gesundem Snack
14:30 – 15:30 Uhr Workshop-Phase 3
Anschließend geselliger Ausklang beim gemeinsamen Grillen

KOSTEN

10 Euro pro Person (inkl. Snack, Getränke, Grillen)



Lizenzverlängerung: Die Teilnahme am Männersporttag wird mit 4 LE zur Verlängerung der Übungsleiter C-Lizenz angerechnet.
Anmeldeschluss: 21. August 2023

Jetzt anmelden im  **Bildungsportportal** informieren - Suchen - Bücher unter www.ksb-emsland.de