

Sport-Erlebnistag für Männer

Bissendorf 18. August 2018

Am 18. August richten die Turnkreise Osnabrück-Stadt und Land in Kooperation mit dem Kreis- und StadtSportBund Osnabrück und der Gemeinde Bissendorf den ersten Sport-Erlebnistag für Männer in der Region aus.

Bei diesem Mit-Mach-Tag werden verschiedene Sportformen angeboten, zum Ausprobieren für Männer aller Altersgruppen ab 16 Jahre.

Ein gemeinsames Grillen zum Ende lässt Männerherzen höher schlagen und sorgt für einen entspannten Ausklang.

Wenn ihr als Gruppe teilnehmen möchtet, reicht bei der Anmeldung die Angabe *eines* Ansprechpartners und die Anzahl der Personen.

- Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich
- Teilnahmegebühr: 10 € vor Ort in bar inkl. Wasser, Snacks und Grillen

Anmeldung per Email bis zum **1. August 2018**
an tk-os-stadt@gmx.de
oder mendlicher@osnanet.de
Betreff **Sport-Erlebnistag 2018**
Inhalt der Email Vorname und Name
Telefonnummer und
ggf. Personenanzahl

Turnkreis
Osnabrück-Land

Marlies Endlicher
☎ 05402 / 4432

mendlicher@osnanet.de

Turnkreis
Osnabrück-Stadt

Heinz-Dieter Scherler
☎ 0541 / 430635

tk-os-stadt@gmx.de

mitmachen &
ausprobieren



Sport-Erlebnistag für Männer

stark • aktiv • fit & gesund

der Mitmachtag, bei dem Männer viele Sportangebote
einfach mal ausprobieren können

18. August 2018
Bissendorf

Schulzentrum, Werscherstrasse

NTB 

NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND

TURNKREIS OSNABRÜCK-STADT & LAND

**Parcours + Pilates + Tischtennis + Cross-Training + Funktionelles Training
Nacken-Schulter + AirTrack + Boule + Beach-Volleyball + Bubble-Soccer
Kettle-Bell + Europäisches Fitness-Abzeichen und GRILLEN**



Komm vorbei und probiere einfach mal in ganz ungezwungener Atmosphäre neue Sportangebote aus. Du suchst dir aus **12 Angeboten** deine drei Favoriten aus und lernst diese - unterstützt von **erfahrenen Übungsleitern** und **Trainern** - kennen.

Um den anstrengenden Tag gemeinsam ausklingen zu lassen, laden wir dich auf ein Stück **Fleisch** oder **Würstchen** und zwei **Kaltgetränke** ein. Bei noch größerem Hunger und Durst ist auch noch mehr da.

- ✦ Sportkleidung für drinnen und draußen nicht vergessen.
- ✦ Alle Angebote können fußläufig erreicht werden.

„Wir radeln nach Bissendorf...!“



Für all diejenigen, die mit dem Fahrrad von Osnabrück zum Sport-Erlebnistag nach Bissendorf radeln wollen, bietet Heinz-Dieter Scherler eine **geführte Radtour** an:
Treffpunkt 12:15 Uhr
Sporthalle am Schlosswall
Parkplatz, Einfahrt Heinrichstrasse

Tagesablauf

ab 13 Uhr	Anreise
	Anmeldung und Workshop-Wahl
14:00 Uhr	Eröffnung und Hauptreferat: Dr. Clemens Kruse (Sportmediziner, MediPark Osnabrück)
14:30 Uhr	gemeinsames Aufwärmen
15:00 Uhr	praktische Workshops (45min)
16:00 Uhr	praktische Workshops (45min)
17:00 Uhr	praktische Workshops (45min)
18:00 Uhr	gemeinsamer Abschluss mit Grillen und Getränken

Gerne kannst du dir im Vorfeld Gedanken machen, an welchen Sport-Angeboten du teilnehmen möchtest (siehe oben im roten Balken).

Am Veranstaltungstag werden **ab 13 Uhr** Listen ausgehängt, in die du dich eintragen kannst, um dir so einen Platz zu sichern.

