Kerlgesundtag 2022
Samstag, 20.08.22, 10.00 - ca. 15.00 Uhr

Uhrzeit	Programm	TrainerIn
10.00-10.15 Uhr	Begrüßung	
10.15-11.15 Uhr	Theorievortrag inkl. Praxis	Maren Thalmann
11.30-12.30 Uhr	1. Workshop-Phase - (A1): Koordinationstraining	Patrick Pruntsch
11.30-12.30 Uhr	1. Workshop-Phase - (A2): Bushido/Karate	Dr. Björn Emigholz
12.30-13.15 Uhr	Pause	
13.15-14.45 Uhr	2. Workshop-Phase(B1): Rückenfit	Christoff Langers (TV Verden)
13.15-14.45 Uhr	2. Workshop-Pahse(B2): Kanu, Kajak	Holger Duprée
13.15-14.45 Uhr	2. Workshop-Phase (B3): Boule	Hannelore Becker
13.15-14.45 Uhr	2. Workshop-Phase (B3): Stuhlgymnastik	Hannelore Mosler
14.45-15.00 Uhr	Schlusswort	
ab 15.00 Uhr	Abschluss mit gemeinsamen Imbiss/Grillen	

Rahmenprogramm rund um die Uhr:

Aktive Pause: Fitness-Alltagstest
Schach SC Läuferpaar (11.00-15.00 Uhr)
Doppelkopf Kneipp-Verein Verden (11.00-12.30 Uhr+13.15-15.00 Uhr)
Dart TSV Cluvenhagen (10.00-ca. 14.00 Uhr)