

Senioren-Aktivwochenenden 2017

in der Rheinischen Landesturnschule (LTS)
in Bergisch Gladbach

PROGRAMM

(Stand: Dezember 2016, Änderungen vorbehalten)

„Bewegt älter werden“



vom

28.04. bis 01.05.2017 (1. Termin)

30.09. bis 03.10.2017 (2. Termin)

Spaß

Sport

Geselligkeit

Programm

Freitag, 28.04. / Samstag, 30.09.

bis 17.00 Uhr	Anreise
17.30 Uhr	Begrüßung mit Sektempfang
18.00 Uhr	Abendessen

Samstag, 29.04. / Sonntag, 01.10.

ab 8.00 Uhr	Frühstück
10.00 – 12.00 Uhr	Sportprogramm mit Conny
12.30 Uhr 14.30 Uhr	Mittagessen Kaffee und Kuchen
15.00 – 18.00 Uhr	Sportprogramm mit Conny ODER Wanderung Rund um Bergisch Gladbach mit Marc*
18.30 Uhr	Grillabend im Innenhof der LTS

Sonntag, 30.04. / Montag, 02.10.

ab 8.00 Uhr	Frühstück
10.00 – 12.00 Uhr	Sportprogramm mit Conny
12.30 Uhr 14.30 Uhr	Mittagessen Kaffee und Kuchen
15.00 – 17.30 Uhr	Sportprogramm mit Conny / Ausflug ins Kombibad Paffrath (optional)
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr	Kegelabend

Montag, 01.05. / Dienstag, 03.10.

ab 8.00 Uhr	Frühstück
10.00 – 12.00 Uhr	Sportprogramm mit Conny
12.30 Uhr	Mittagessen
danach	ABREISE aller Teilnehmer

Leitung der Senioren-Aktivwochenenden: Frau Conny Adick

Änderungen und Ergänzungen des Programms und der Abläufe sind nach Absprache mit der Leitung und der Gruppe jederzeit möglich.

* Informationen zum optionalen Rahmenprogramm

Wanderung

Die Wanderung dauert ca. 2 bis 2,5 Stunden und startet und endet an der Landesturnschule.

Weitere Informationen bei:

Marc Kollbach, 02202-2003-10, kollbach@rtb.de