

Fitness-Sommer 2014

<p>Mittwoch, 30.07.14</p>	<p>Sportliches Picknick</p> <p>Uhrzeit: 19.00 Uhr</p> <p>Treffpunkt: <u>bei gutem Wetter:</u> Rheinterrassen / Fahnenmast / MA</p> <p><u>bei schlechtem Wetter:</u> bei Andreas</p> <p>Bitte Federballspiel, Frisbee usw. mitbringen. Außerdem mitzubringen sind: Salate, Getränke, Teller, Besteck usw. Bei Regen findet das Picknick bei Andreas in Ludwigshafen (überdachte Terrasse) statt. Die Entscheidung wo unser Picknick stattfindet, treffen wir bei unsicherer Wetterlage um 18.00 Uhr.</p>	<p><u>Info:</u></p> <p>Michael: 0163 76 90 993</p> <p>Andreas 0176 630 92 630</p>
<p>Mittwoch, 06.08.14</p>	<p>Radtour</p> <p>Uhrzeit: 19.00 Uhr</p> <p>Treffpunkt: OEG-Beach / Kurpfalzbrücke / MA</p> <p>Radtour in eine unserer Nachbarstädte mit einem Zwischenstop zum Eisessen.</p>	<p><u>Info:</u></p> <p>Michael: 0163 76 90 993</p>
<p>Mittwoch, 13.08.14</p>	<p>Minigolf</p> <p>Uhrzeit: 18.45 Uhr (pünktlich)</p> <p>Treffpunkt: An der Radrennbahn 2 / MA</p>	<p><u>Info:</u></p> <p>Hans: 0178 543 0 361</p>
<p>Mittwoch, 20.08.14</p>	<p>Open Air Fitness</p> <p>Uhrzeit: 19:00 Uhr</p> <p>Treffpunkt: Rheinufer Süd / Schneckenudelbrücke / Ludwigshafen</p>	<p><u>Info:</u></p> <p>Michael: 0163 76 90 993</p>

Fitness-Sommer 2014

Mittwoch, 27.08.14	Boule Spiel Uhrzeit: 19:00 Uhr Treffpunkt: Alter Meßplatz / MA	<u>Info:</u> Hans: 0178 543 0 361
Mittwoch, 03.09.14	Radtour mit Trimm-Gleichgewichts-Pfad Uhrzeit: 19.00 Uhr Treffpunkt: OEG-Beach / Kurpfalzbrücke / MA Kurze Radtour zum unteren Luisenpark und dort Aktionen auf dem Gleichgewichtspfad.	<u>Info:</u> Hans: 0178 543 0 361
Mittwoch, 10.09.14	Bowling Uhrzeit: 19.00 Uhr Treffpunkt: Bowling-Palace Mannheim Zum Herrenried 16 / 68169 Mannheim ! Bitte verbindliche Voranmeldung bis zum 04.09.2014 bei Michael erforderlich !	<u>Info:</u> Michael: 0163 76 90 993

Bei unsicherer Wetterlage empfiehlt es sich ca. 30 Minuten vorher die angegebene Info-Telefonnummer anzurufen.

Trainingsbeginn nach den Sommerferien:

Montag, 15.09.14	20.00 – 21.30	Silver ConMenschen	Neckarschule / Langstraße 48 / MA
Dienstag, 16.09.14	19.30 – 21.00	Aerobic & Workout	Helene-Lange-Schule / Wespinstraße / MA
Mittwoch, 17.09.14	19.00 – 20.30	Wirbelsäulen-Fitness	Johannes-Kepler-Schule / K6 / MA
keine Sommerpause / donnerstags	19.00 – 20.30	Laufen / Nordic Walking	Stephanie Statue / Stephanien Ufer / MA