

Programm :

Uhrzeit	Thema	Verein
10.30 - 10.45	Flexibar	Turbo-Schnecken
10.45 - 11.00	Fit über 50	Turbo-Schnecken
11.00 - 11.30	Dialog auf der Bühne zum Aktionsthema	Stadt Lüdenscheid
11.30 - 11.45	Dehnübungen	Behindertensportgruppe
11.45 - 12.00	Terraband	TV Friesen
12.00 - 12.15	Sauerländer Elfen	LTV v. 1861
12.15 - 12.30	Fit für jeden Tag	LTV v. 1861
12.30 - 12.45	Taiji / Quigong	Tus Jahn Lüdenscheid
12.45 - 13.00	Seniorenport	Tus Jahn Lüdenscheid
13.00 - 13.15	Step mit Handgeräten	DJK Eintracht Lüdenscheid
13.15 - 13.30	Drums alive	DJK Eintracht Lüdenscheid
13.30 - 13.45	Zumba	Tanzschule Stadtmüller und Tegtmeier
13.45 - 14.00	Hapkido	Tus Bierbaum

Schaut doch mal vorbei! Es gibt auch was zu gewinnen.