

Ausrichter des 11. Seniorenschwimmfestes

Kreissportbund Unstrut-Hainich e.V.



im Landessportbund
Thüringen e.V.

Kasseler Str. 5
99974 Mühlhausen
Email: ksb.unstrut.hainich@t-online.de
Tel: 03601 445 188

Thüringentherme Mühlhausen



1. Schwimm- und Gesundheitssportverein Mühlhausen



Partner:



EINLADUNG 11. Seniorenschwimmfest des Unstrut-Hainich Kreises



Montag, 13. November 2017

9:00 Uhr, Thüringentherme

11. Seniorenschwimmfest

*Wir laden Euch herzlich in die Thüringentherme
nach Mühlhausen ein
und freuen uns auf Eure Teilnahme!*

Teilnahmeberechtigung

Teilnehmen können alle interessierten

Bürgerinnen und Bürger ab dem 50. Lebensjahr.

Es wird eine Teilnehmergebühr von 4,00 Euro erhoben.

Bei der Absolvierung von mindestens 5 Disziplinen

und für Klubkarteninhaber der Thüringentherme

reduziert sich die Teilnehmergebühr auf nur 1,00 Euro.

Teilnahmebestätigung

Jeder Teilnehmer erhält eine Medaille und eine Teilnahmeurkunde

(Nachweis für Bonus Krankenkasse Sportveranstaltung)!

Ablauf

ab 09.00 Uhr Einlass

09.30 Uhr Begrüßung und Eröffnungsgymnastik

09.45 Uhr Übungsbeginn der einzelnen Disziplinen

12.30 Uhr Wellenbaden

Disziplinen

1. Gemeinsame Gymnastik an Land

2. Individuelles Schwimmen mit der Möglichkeit
200m/400m für das Deutsche Sportabzeichen

3. Wassergymnastik

4. Aqua-Jogging

5. Aqua-Power

6. Erste Hilfe

7. Schwimmen für das Sportabzeichen 25m

8. Aqua-Step