

Schweiz bewegt; Programm Grosswangen, 23. - 26. Mai 2018



Gemeinde Duell
schweiz.bewegt



Datum	Startzeit	Aktivität	Bemerkung	Verein
Täglich	08.00 - 22.00 Uhr	Start / Ziel / Startnummern Ausgabe	Foyer Kalofenhalle	OK
	08.00 - 22.30 Uhr	Festwirtschaft	Kleine Festwirtschaft zum Verweilen / Foyer Kalofenhalle	OK
	08.00 - 22.00 Uhr	Gratis Busbenützung mit Startnummer/Badge	Busnetz Rottal	Rottal Auto AG
	ganzer Tag	Rottal Rundweg	Routenplan liegt bei der Anmeldung auf	OK Rottal
	09.00 - 19.00 Uhr	Hüpfburg	grosse Hüpfburg von "Schweiz bewegt"	OK
23. Mai 18	Morgen	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
	06.00 - 11.30 Uhr	Wandern auf den Napf	zusammen aktiv unterwegs sein	Frauenturnen Grosswangen
	09.00 - 10.00 Uhr	Yoga	bequeme Kleider	OK / Josy Schacher
	10.15 - 11.30 Uhr	Aquafit 60 +	Gymnastik im Wasser	OK / Pia Baumeler
	13.30 - 16.00 Uhr	Spiel und Spass	Hüpfburg und coole Getränke	Jugendkommission
	14.00 - 16.00 Uhr	E-Bike Tour	geführte Tour für Jedermann/Frau sportlich oder gemütlich	OK / Margrit Trachsel, Beni Hodel, Erika Lötscher
	16.30 - 18.00 Uhr	Fussball spielen	Schnuppern für 5 bis 10-jährige Kids, im Gutmoos	FC Grosswangen-Ettiswil
	18.45 - 21.00 Uhr	Biketour	verschiedene Routen, leicht bis anspruchsvoll	Bikeclub Grosswangen
	19.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik & Tanz / LuTanz	Tanzstunde mit Ü30 des Turnvereins	TV Grosswangen
	19.30 - 21.45 Uhr	Freies Turnen	bei Schönwetter draussen, verschiedene Gruppen	Frauenturnen Grosswangen
24. Mai 18	ganzer Tag	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
	08.30 / 13.30 / 19.30 Uhr	Wandern auf den Wellberg	Start in Grosswangen und Ettiswil, Treffpunkt Kreuz Wellberg	Frauenvereine GW, ET, KO, AL
	09.00 - 10.00 Uhr	Schnupperstunde Muki	Eltern, Grosi, Götti... Kinder ab 2 Jahren	Muki
	09.15 - 10.30 Uhr	Aquafit	fit im Wasser für alle	OK / Esther Glanzmann
	15.30 - 16.30 Uhr	Kinderwagenlauf	Grosseltern mit Enkel / mit oder ohne Kinderwagen	Treff junger Eltern
	18.30 - 20.00 Uhr	Tanzen für Kids / LuTanz	verschiedene Tänze der Dance Girls TV Grosswangen	TV Grosswangen
	19.30 - 21.15 Uhr	Korball spielen	offenes Training der Korballriege	TV Grosswangen
	19.00 - 20.00 Uhr	Joggen	verschiedene Gruppen	Lauftreff Grosswangen
	19.00 - 20.00 Uhr	N-Walken	verschiedene Gruppen	Lauftreff Grosswangen
	20.00 - 21.00 Uhr	Joggen / N-Walking	Einführung in die Kunst des Laufens und N-Walkens	Lauftreff Grosswangen
	19.45 - 21.45 Uhr	Stern-OL	offen für alle, Männer und Frauen	Männerriege Grosswangen
25. Mai 18	ganzer Tag	Schule Grosswangen	individuelles Programm	Schule Grosswangen
	09.00 - 10.30 Uhr	Biken für Frauen	geführte Biketour / evt. in 2 Gruppen	OK / Annemarie Unternährer
	09.30 - 14.00 Uhr	Wandern 60 +	geführte Wandertour	OK / Richard Meyer
	10.15 - 11.30 Uhr	Bewegung im Wasser	Übungen bei Rückenschmerzen, Rheuma	OK / Pia Baumeler
	13.30 - 15.00 Uhr	Biken für Frauen	geführte Biketour	OK / Annemarie Unternährer
	14.00 - 20.00 Uhr	Bananenshake-Velo	Trete in die Pedalen und mixe so deinen Drink	OK
	15.30 - 16.30 Uhr	Kinderwagen / Laufradmarsch	mit Rädern unterwegs	Treff junger Eltern
	19.00 - 20.00 Uhr	Yoga / Pilates	ganzheitliches Körpertraining	OK / Gaby Zihlmann
19.00 - 20.00 Uhr	Linedance / LuzTanz	Westerntanz zu Countrymusik	OK / Sonja Huber	
26. Mai 18	ganzer Tag	Bergtour	4-5h, mit Anmeldung bis 22. Mai, nur bei schönem Wetter	OK / Toni Baumeler
	08.00 - 09.00 Uhr	Joggen	Tempo gemütlich	Lauftreff Grosswangen
	09.00 - 11.00 Uhr	Biken für Kids (Alter 8 bis 16-jährig)	verschiedene Routen und Stärkeklassen	OK / Stefan Marti
	09.00 - 14.00 Uhr	Biketour	auf den Napf	Bikeclub Grosswangen
	10.00 - 15.30 Uhr	Politmarsch der CVP	leichte Wanderung in Grosswangen inkl. Zwischenhalt mit kleiner Mittagsverpflegung. Start Schulhaus Grosswangen	CVP Grosswangen
14.30 - 16.00 Uhr	Unihockey für Kids	Spiel und Spass	Unihockey Grosswangen	