

Sportprominenz

Sonntag, 19. August 2018 ab 11:00 Uhr

Lernen Sie die zwei Sportlerinnen Heike Drechsler (Olympiasiegerin im Weitsprung) und Elke Philipp (Vize-Paralympicssiegerin im Dressurreiten) im BARMER Dome persönlich kennen. Mitmachaktionen mit den beiden Sportlerinnen finden Sie im Programmablauf.



Heike Drechsler
(Olympiasiegerin im Weitsprung):

„Ich möchte meine Freude an der Bewegung gerne weitergeben und kann mit der BARMER viele Menschen erreichen.“



Elke Philipp
(Vize-Paralympicssiegerin im Dressurreiten):

„Eine Behinderung ist nur eine besondere Herausforderung, die gemeistert werden muss.“



DEUTSCHLAND BEWEGT SICH!
DIE GESUNDHEITSINITIATIVE

BARMER

Deutschland bewegt sich!

Gesund- und

Aktivmarkt Altmühlsee

Sonntag, 19. August 2018, 11:00–17:00 Uhr

Seezentrum Schlungenhof
Seestraße 19, 91710 Gunzenhausen

Wir freuen uns auf Sie!



speedfitness



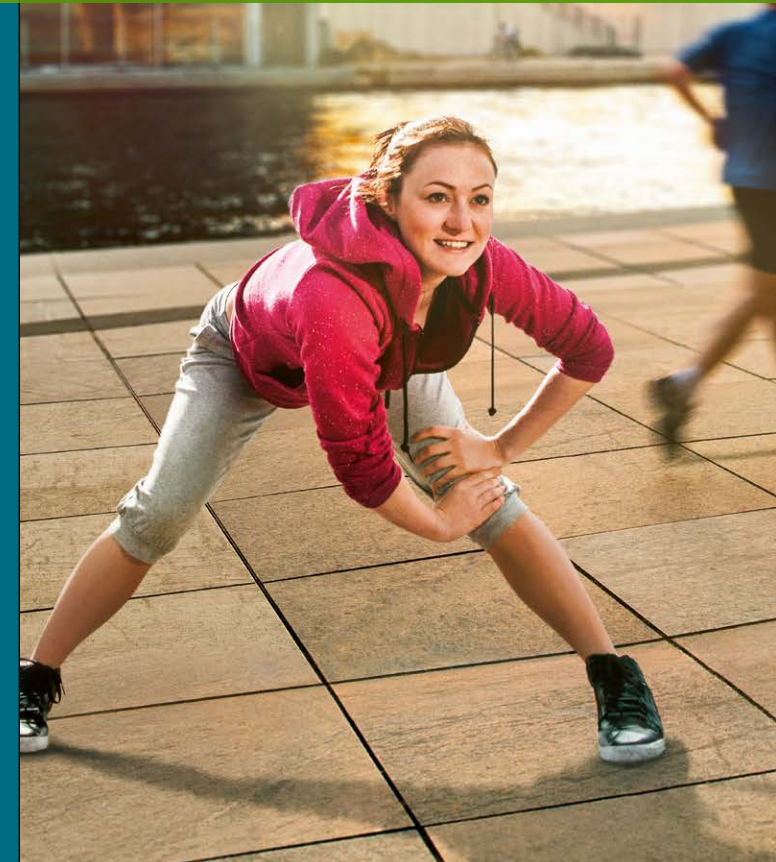
BARMER

Informationen auch unter:

BARMER Weißenburg
Friedrich-Ebert-Straße 3
91781 Weißenburg
christoph.neumeyer@barmer.de

www.barmer.de

BARMER



Gesund- und Aktivmarkt

Altmühlsee

Gemeinsam mit dem Zweckverband Altmühlsee belebt die BARMER den Gesund- und Aktivmarkt am Altmühlsee mit Gesundheitssportanbietern aus Gunzenhausen. Bewegung hält Körper und Seele fit, deshalb tourt die BARMER durch ganz Deutschland und bringt Menschen in Bewegung.

Fitness- und Gesundheitsaktionen

Zeitplan Fitness- und Gesundheitsaktionen auf der Seebühne Schlungenhof
Sonntag, 19. August 2018,
11:00–17:00 Uhr

11:00–11:10 Uhr

Eröffnung des Gesund- und Aktivmarktes
Daniel Burmann (Geschäftsleiter Zweckverband Altmühlsee)
Christoph Neumeyer (Regionalgeschäftsführer BARMER Weißenburg)

Anschließend Preisverleihung Kreuzworträtsel Frankenbote

11:10–11:30 Uhr

Start Powerwalking mit Heike Drechsler für jedermann
in Kooperation mit dem TV 1860 Gunzenhausen und dem BRSV Gunzenhausen

11:30–12:00 Uhr

Full Body Workout
TV 1860 Gunzenhausen

12:00–12:30 Uhr

Outdoor Training
Speedfitness Gunzenhausen

12:30–13:00 Uhr

Interview mit Elke Philipp
Vize-Paralympicssiegerin im Dressurreiten

13:00–13:20 Uhr

Einrad fahren – Auftritt der Süddeutschen Juniorenmeister in der Kleingruppenkür
TV 1860 Gunzenhausen

13:20–13:40 Uhr

Rehasport Plus
Präventionsverein Gunzenhausen – TEAM 99

13:40–14:00 Uhr

Interview mit Heike Drechsler
Olympiasiegerin im Weitsprung und BARMER Sportbotschafterin

14:00–14:20 Uhr

Kangatraining – Fitness & Tanz mit dem Baby
Linda Gerhardt, Gunzenhausen

14:20–14:50 Uhr

Midland Line Dancers
1. FC Gunzenhausen

14:50–15:10 Uhr

Vorstellung Jumping Fitness
Workout auf der Bühne mit Einbeziehung Publikum
TV 1860 Gunzenhausen

15:10–15:30 Uhr

Hip Hop Gruppe – „TCK“ - The Cool Kids
TV 1860 Gunzenhausen

15:30–15:50 Uhr

Kickboxen
TV 1860 Gunzenhausen

15:50–16:10 Uhr

Fitness- und Rückentraining mit Heike Drechsler für jedermann

16:10–16:40 Uhr

Tae Bo Showeinlage und Trainingsbetrieb
TV 1860 Gunzenhausen

16:40–17:00 Uhr

Hip Hop Gruppe – FreshGirls
TV 1860 Gunzenhausen

Zeitplan Fitness- und Gesundheitsaktionen im Altmühlsee am Strandabschnitt Schlungenhof
Sonntag, 19. August 2018,
11:30–17:00 Uhr

11:30–17:00 Uhr

Schnupper „Windsurfen“
Surfcenter Schlungenhof Altmühlsee (Voranmeldung Pavillon Surfcenter)

11:30–17:00 Uhr

Abnahme von Schwimmbadzeichen
Bayerisches Rotes Kreuz – Wasserwacht Gunzenhausen (Voranmeldung Pavillon Wasserwacht Gunzenhausen)

11:30–12:30 Uhr

SUP Yoga Schnupperkurs zum Mitmachen
Surfcenter Altmühlsee (Voranmeldung Pavillon Surfcenter)

12:30–13:30 Uhr

Aquafitness Schnupperkurs zum Mitmachen
Bayerisches Rotes Kreuz - Wasserwacht Gunzenhausen

14:30–15:30 Uhr

SUP Yoga Schnupperkurs zum Mitmachen
Surfcenter Altmühlsee (Voranmeldung Pavillon Surfcenter)

15:30–16:30 Uhr

Aquafitnessschnupperkurs zum Mitmachen
Bayerisches Rotes Kreuz - Wasserwacht Gunzenhausen

16:30–17:00 Uhr

SUP Yoga Schnupperkurs zum Mitmachen
Surfcenter Altmühlsee (Voranmeldung Pavillon Surfcenter)

Fitness- und Gesundheitsaktionen an den Pavillons am Strandabschnitt Schlungenhof
Sonntag, 19. August 2018,
11:00–17:00 Uhr

Airtrack (Luftkissen) – Spaß für Jung und Alt
TV 1860 Gunzenhausen

Präsentation der Vereinsangebote
Behinderten- und Rehabilitationssportgruppe Gunzenhausen

Blutdruckmessung
Behinderten- und Rehabilitationssportgruppe Gunzenhausen

Blutzuckermessung
Behinderten- und Rehabilitationssportgruppe Gunzenhausen

Peak Flow Bestimmung
Behinderten- und Rehabilitationssportgruppe Gunzenhausen

Testfahrten e-bike für jedes Alter
Radsport Gruber, Gunzenhausen

Ernährungstherapeutische Beratung
Andrea Meyer, Diätassistentin

Körperfettmessung durch bioelektrische Impedanzanalyse
Seitz (Orthopädie-Technik)

Venendruckmessung mit einem Licht-Resonanz-Rheografiergerät
Seitz (Orthopädie-Technik)

Messung der Sauerstoffsättigung im Blut (Pulsoximeter)
Seitz (Orthopädie-Technik)

twall Reaktionswand
BARMER Weißenburg

Torwand
BARMER Weißenburg

Photoboother
BARMER Weißenburg

Slackline (Balance-Seil)
BARMER Weißenburg