

genial vital

Sportprogramm

2020

- Montag 9:00 Uhr NORDIC WALKING**
ca. 1,5 Std. Die Woche beginnt flott!
GANZJÄHRIG Treffpunkt am Hefterparkplatz, Theodor-von-Hötzendorf - Str. 1, Stöcke bitte selber mitbringen
- Dienstag 9:30 Uhr WANDERN**
ca. 5-6 Std. Auf geht's zu den Almen! Trainingseffekt und Informationen von unseren Wanderführern gibt's inklusive. Treffpunkt TI Grassau oder Rottau, ab TI Rottau um 10 Uhr.
19.5.20-6.10.20 Bitte anmelden: Tel. 08641/697960
- 19:30 Uhr LUFTGEWEHRSCHIEßEN**
ca. 2,5 Std. Volltreffer im Gasthof Fischerstüberl in Rottau. Testen Sie Ihr Können bei den örtlichen Schützen. Ab 12 Jahre. Bitte anmelden: Tel. 08641/697960
- Mittwoch 9:30 Uhr QIGONG**
ca. 1 Std. Bei Qigong im Kurpark werden Sie fit für den Tag.
20.5.20-26.8.20 Anschließend geht's ins Wassertretbecken. Nicht bei Regen
- Donnerstag 18:00 Uhr genial vital Stadelfitness**
ca. 1 Std. Fitness- und Entspannungsübungen für Groß und Klein im Hefterstadel.
25.6.20-27.8.20 Einfach vorbeikommen und mitmachen!
- Freitag 15:00 Uhr BOULE**
ca. 2 Std. Treffen Sie Einheimische beim Boule-Spiel - auch Petanque genannt -
GANZJÄHRIG im Kurpark. Die Kugeln sind für Sie bereit. Im Winter ab 14 Uhr
- Samstag GOLF**
ca. 60 min. „Abschlagen wie Thomas Müller! Tauchen Sie mit Hilfe eines Golfprofis in die Faszination Golf ein. Ob Jung oder Alt - bei uns sind alle herzlich willkommen. Anmeldung vorab in der Golfakademie unter Tel. 08641/401782.“
April -Oktober
Termin nach Vereinbarung
- Wochenende genial vital TOUR**
jederzeit Unternehmen Sie auf eigene Faust unsere Touren: Wandern, Radeln, Joggen, Nordic Walking
GANZJÄHRIG oder Inline Skating. Kartenmaterial gibt's in der Tourist-Info, auf www.grassau.de oder bei unseren genial vital Gastgeber

Täglich & mit Gästekarte kostenlos!

Genial Vital, die Sportreihe für aktives Leben.

Tourist-Information Grassau
Kirchplatz 3 / D 83224 Grassau
Tel. +49 (0) 8641 6 97 96 - o / Mail. hallo@grassau.info



www.grassau.de/de/tourenkarte

Unsere Wander-, Rad-, Lauf-, Inlineskating-, Nordic Walking- und MTB- Touren zum Runterladen oder Selbstausrucken.

Sportanlagen in Grassau & Rottau:

Fußball / Leichtathletik / Reifinger See / Beachvolleyball
Tennis / 18-Loch Golfplatz / Wassertretbecken / Kegelbahn