

Rehetobler

Bewegungstag 3.0

«mach mit, spiil mit, bliib fit»



Sportverein Rehetobel

Bewegungstag 3.0

Samstag, 30. November 2019

Liebe Rehetoblerinnen und Rehetobler

Auch für den dritten Bewegungstag 3.0 haben wir wieder neue Ballspiele im Angebot.

Der Bewegungstag startet um 13.30 Uhr mit dem bewährten Hindernis-Differenzlauf für die Kinder (Kindergarten bis Mittelstufe), gleichzeitig auch das Bewegungsangebot für die Jugendlichen ab der 5. Klasse und alle Erwachsenen. Dabei können alle Ballspiele des Plausch-Turniers gespielt und geübt werden. Um sich locker und doch kräftig vorzubereiten, finden im kleinen Saal Yoga und Krafttraining statt. Anschliessend wird das Plausch-Turnier für Jugendliche und Erwachsene mit den folgenden Ballspielen durchgeführt: Blindenball, Netzball & Badminton. Zum Plausch-Turnier wird das Hesherbball-Spiel www.hesherbball.com gewertet, welches in den Spielpausen im Team gespielt wird.

Anmeldung ist möglich für eines oder mehrere Angebote und/oder das Plausch-Turnier als Einzelperson oder in einem gemischten Team von 6 Personen.

Festwirtschaft im MZG mit Speis und Trank, in den Pausen mit Jassen und Rehnopoly.

Zeit	Turnhalle
13.30 – 15.00	Hindernis- Differenzlauf HDL 3 Kategorien: Kindergarten, Unterstufe & Mittelstufe Heidi Steiner, Jasmin Nagel
16.15	Rangverlesen Hindernis-Differenzlauf im Foyer MZG

Zeit	Turnhalle	MZG	Kleiner Saal MZG
	Ab 5. Klasse & Erwachsene	Ab 5. Klasse & Erwachsene	Ab 5. Klasse & Erwachsene
13.30 – 14.15		Blindenball/Torball BB1 <i>www.stbv.info</i>	
14.30 – 15.15		Badminton BM1 Nadine Spescha	Kraft mit Nico KN Nicolas Steiner
15.30 – 16.15	Netzball NB1 <i>www.netzballsuisse.ch</i> Corrie Sprüngli	Blindenball/Torball BB2 <i>www.stbv.info</i>	Yoga YO Sarah & Christina
16.30 – 17.15	Netzball NB2 <i>www.netzballsuisse.ch</i> Corrie Sprüngli	Badminton BM2 Nadine Spescha	
17.30	Start Plausch-Turnier im Team mit 6 Spieler/Spielerinnen		
	Jugend-Plausch-Turnier: 5. Klasse bis 3. Sek		PTJ
	Erwachsene-Plausch-Turnier: Aktive		PTE
	Spiele: Blindenball, Netzball & Badminton		
Anschliessend	Rangverlesen Plausch-Turnier und gemütliches Beisammensein		

Anmeldung auf: www.sportverein-rehetobel.ch

Ursi Sträuli, Sonnenbergstrasse 17, 9038 Rehetobel

E-Mail: ursi.straegli@bluewin.ch / Tel.-Nr. 071 877 24 61

Anmeldeschluss: 03. November 2019

Name	Vorname	Tel.-Nr.
Strasse	Ort	Schulklasse & Jahrgang
E-Mail und Natel Nr.		
Sportart bitte ankreuzen und Zeitüberschneidungen beachten :)		
Zeit	Sportart	Anzahl Personen
13.30 – 15.00 Uhr	HDL	
13.30 – 14.15 Uhr	BB1	
14.30 – 15.15 Uhr	BM1	
14.30 – 15.15 Uhr	KN	
15.30 – 16.15 Uhr	NB1	
15.30 – 16.15 Uhr	BB2	
15.30 – 16.15 Uhr	YO	
16.30 – 17.15 Uhr	NB2	
16.30 – 17.15 Uhr	BM2	
Ab 17.30 Uhr	PTJ	Anmeldung siehe folgend →
Ab 17.30 Uhr	PTE	Anmeldung siehe folgend →

RAIFFEISEN

www.raiffeisen.ch/heiden



Anmeldung Plausch-Turnier Team mit 6 Spielern (Startgeld CHF 72.-)			
Team Name	Mitspieler Name	Mitspieler Vorname	Jg.
Kontaktperson E-Mail und Natel Nr.:			

Anmeldung Plausch-Turnier Einzelpersonen (Startgeld Einzelperson CHF 12.-)		
Einzelpersonen werden zu einem Team zugeteilt		
Name:	Vorname:	Jg.
Kontaktperson E-Mail und Natel Nr.:		

