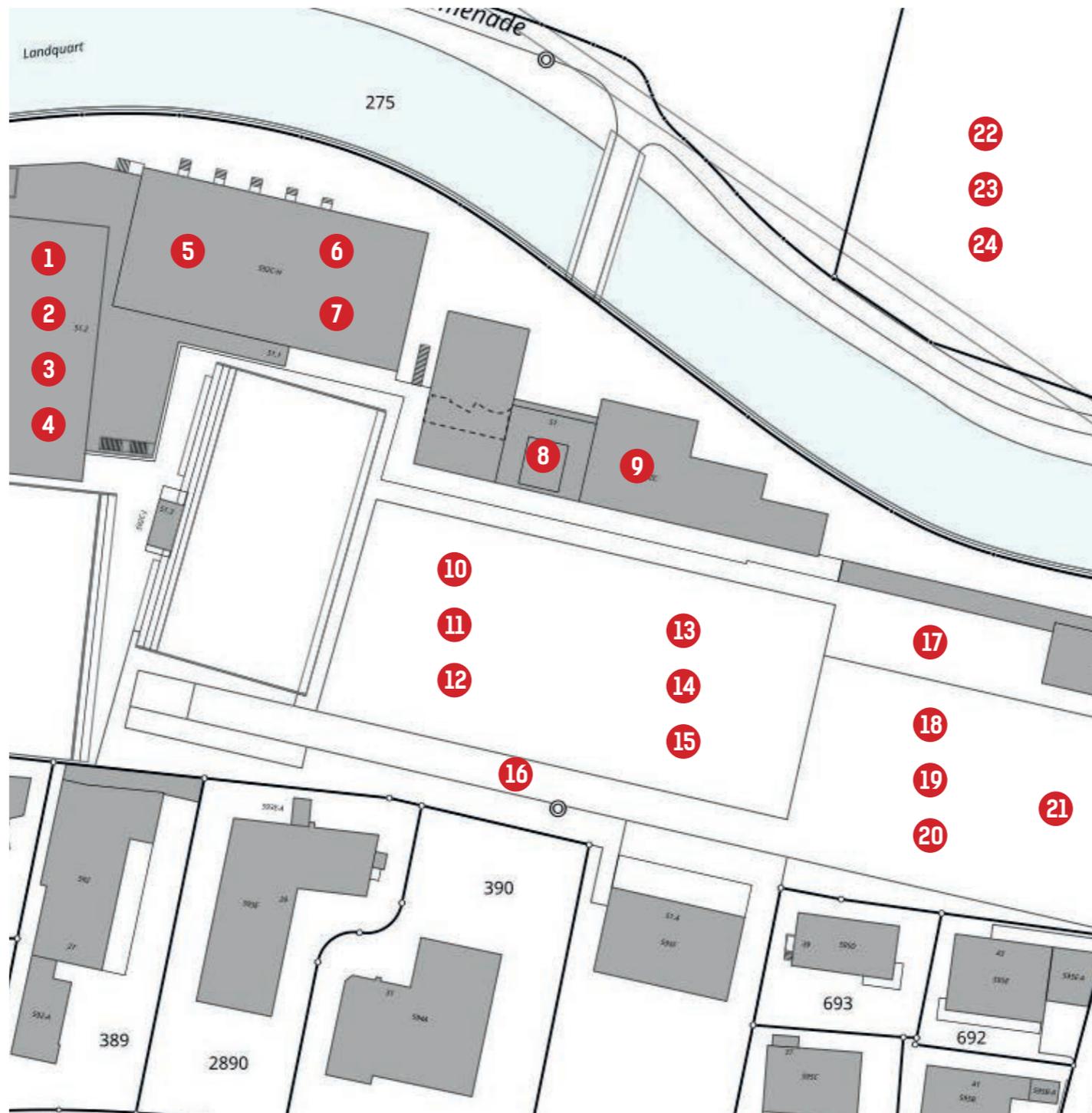


Übersicht

- 1 Tennis
- 2 Cardio-Tennis
- 3 Kids-Tennis
- 4 Koordinative Spiele
- 5 Unihockey
- 6 Aerobic
- 7 Jazzercise
- 8 Infopoint
- 9 Yoga
- 10 Slackline
- 11 Fussball
- 12 Rasenski
- 13 Geschicklichkeit
- 14 Ballspiele
- 15 Hindernislauf
- 16 Familien-/Gruppenstafetten
- 17 Golf
- 18 Volleyball
- 19 Basketball
- 20 Badminton
- 21 Curling
- 22 Nordic Walking
- 23 Biken
- 24 Finnenbahn

Änderungen vorbehalten.

Bei schlechtem Wetter findet praktisch das ganze Programm auf rund 2500 m² Indoor-Fläche in der Arena Klosters statt. Somit kann an diesem Tag garantiert eine grosse Auswahl an Sportarten für Jung und Alt in ungezwungener Atmosphäre ausprobiert werden!



Tag des Bündner Sports

29. April 2018, 10–16 Uhr

Eine Initiative von graubündenSPORT und dem Bündner Verband für Sport



Tag des Bündner Sports

graubünden



coop

Gemeinde Duell
schweiz.bewegt

KLOSTERS ARENA KLOSTERS

Alle Infos unter www.coopgemeindeduell.ch

Nationale Partner

coop suva



Partner Tag des Bündner Sports



Einleitung



Fast 700 Sportvereine machen in Graubünden das Sporttreiben vielfältig und attraktiv. Sie sorgen für den sozialen Zusammenhalt in den Gemeinden, erfüllen wichtige Integrations- und Gemeinwohlaufgaben und bieten für wenig Geld eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung. Der Tag des Bündner Sports stellt die wertvolle Arbeit der Sportvereine ins Rampenlicht. Lassen Sie sich von Ihrer Freude fürs Sporttreiben anstecken, entdecken und probieren Sie neue Sportarten und Angebote in Ihrer Region aus!

Wir freuen uns, am Tag des Bündner Sports dabei zu sein! Gerne laden wir dich zu einem Tag Sport & Spass für Jung und Alt ein. Von 10 bis 16 Uhr bieten wir in der Arena Klosters ein vielfältiges Sportangebot zum ausprobieren an. Es geht um Schnuppern und nicht um Leistung, es geht um Bewegung und nicht um Wettkampf. Nutze diese einmalige Gelegenheit um dich an diesem Tag sportlich zu betätigen, sei es alleine, mit deinen Freunden oder deiner Familie. Jede und jeder ist herzlich willkommen. Mitbringen musst du nur sportliche Bekleidung und natürlich etwas Spass an der Bewegung. Wir haben Sportarten, welche durchgehend angeboten werden und Gruppenkurse (z.B. Jazzercise, Yoga, Biken) mit Fixzeiten, welche eine Woche vorher auf der Webseite bekannt gegeben werden.

Programm



Jazzercise

ist eine Kombination aus Aerobic und Tanz-Fitness, die für alle Altersklassen und Leistungsstufen zur Verfügung steht.

Yoga

Der Hektik des Alltags entfliehen. Mit Yoga entwickeln wir Kraft, Energie, innere Ruhe, Gelassenheit und Lebensfreude – in jeder Altersgruppe.

Curling

Auf zwei Curling-Teppichbahnen kann man diese attraktive Sportart ausprobieren. Experten des Curlingclubs Klosters stehen mit Rat und Tat zur Verfügung.

Golf

Hier fliegen die ersten Bälle ins Netz und werden auf der Puttingmatte eingelocht. Kinder spielen «Snag Golf». Mitglieder des Golf Clubs helfen dabei.

Unihockey

Hier wird die richtige Stocktechnik vermittelt und es steht ein Feld zur Verfügung, wo Mätschli gespielt werden können.

Tennis

Zum Einstieg koordinative Übungen mit Schläger und Ball. Dann spielen wir übers Netz. Kids-Tennis führen wir mit Softbällen und Kleinschlägern durch. Cardio-Tennis rundet das Angebot ab.

Ballspiele

Volleyball, Basketball, Badminton, Fussball und Indica stehen zur Verfügung und können jederzeit frei geübt werden.

Biketour

Wer an der Biketour teilnehmen möchte bringt am besten seine eigene Ausrüstung mit. Wir werden aber auch einige Bikes und Helme bereitstellen.

Koordinative Spiele

Viele Koordinative Spiele, Stafetten und Hindernisläufe werden angeboten um die Geschicklichkeit und Gewandtheit zu testen.

Informationen und Kontakt

INFOPOINT

Haupteingang Arena Klosters
Doggilochstrasse 51, 7250 Klosters, www.arena-klosters.ch

Der Infopoint ist sowohl Startpunkt für Aktivitäten als auch Ausgabestelle der Strichcodes.

KONTAKT

Hans Markutt, hans.markutt@gmail.com, 079 602 02 73

WEITERE INFORMATIONEN

- Wir empfehlen die Anreise mit dem Zug. Vom Bahnhof bis zur Arena sind es ca. 700 Meter. Das sind knapp 10 Minuten Warm-up.
- Mit dem Auto parkt man am besten beim Parkplatz «Alte Eisenbahn». Direkt bei der Arena gibt es keine Parkmöglichkeiten.
- Der Anlass findet bei jedem Wetter statt. Bei Schlechtwetter stehen uns am gleichen Ort rund 2500m² Indoor-Fläche zur Verfügung.
- Um möglichst viele Sportarten kennen zu lernen, ist es sinnvoll, um 10 Uhr einzutreffen. Natürlich kann man auch jederzeit später dazu stossen. Um 16 Uhr ist die Veranstaltung zu Ende.
- Der Anlass ist auch sehr geeignet für Kleinkinder. Wir haben direkt neben der Arena einen grossen Kinderspielplatz.
- Bitte sportliche Kleidung und Turnschuhe mitnehmen. Garderoben und Duschen stehen genügend zur Verfügung.
- Begleitpersonen, welche sich nicht sportlich betätigen können oder wollen, sind auch herzlich eingeladen.
- Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

RESTAURANT

Bei der Arena gibt es ein Restaurant wo man sich verpflegen kann. Es werden Getränke sowie kalte und warme Speisen zu moderaten Preisen angeboten.

Weitere Informationen unter www.tagdesbündnersports.ch