

Park Sport Aktionstag am 07. Oktober 2017

Abnahme des Lauf- u. Walkingabzeichens

13:45 Uhr bis 17:30 Uhr

Revierförsterei Hamwarde
Forstweg 33, 21502 Hamwarde

Rahmenprogramm:

- Slackline, Frisbee-Golf, Fahrt mit der Sausemaus
- Spielkiste
- Verpflegungsstand, Müsli-Kraft und Grillgut!

Kosten: Spenden sind willkommen!

Kriterien der Abzeichen*:

- | | | |
|------------------|---|--|
| Phoenix Stufe 1 | ⇒ | 5 Min. Laufen ohne Pause, T. b. |
| Phoenix Stufe 2 | ⇒ | 10 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| DLV Stufe 1* | ⇒ | 15 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| DLV Stufe 2* | ⇒ | 30 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| DLV Stufe 3* | ⇒ | 60 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| Phoenix Stufe 1 | ⇒ | 10 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| Phoenix Stufe 2 | ⇒ | 20 Min. L. ohne P., Tempo beliebig |
| DLV Walkingabz.* | ⇒ | 30 Minuten Walken ohne Pause, Tempo beliebig |
| DLV Walkingabz.* | ⇒ | 60 Minuten Walken ohne Pause, Tempo beliebig |

* Auszug der DLV-Richtlinien

Förderer:



Diese Maßnahme wird durch die Freie und Hansestadt Hamburg (Behörde für Inneres und Sport) gefördert.

Kooperationspartner:



Sponsoren:



Köln

**Anmeldung
bis zum
15.09.**