

# WOCHENPLAN

# DIE BEWEGUNGS - WOCHE

KW 28 06.07.26 – 10.07.26

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>tagesthema</b> 						
	Ab auf den Bolzplatz	Bewegung im Wasserbecken bei schönem Wetter	Rhythmische Bewegung	Bewegung mit Tüchern & Bällen	Erholung von der Sportwoche	
<b>Morgens</b> 	Frühsport		Sitzzyoga			
<b>Vormittags</b>		Bewegungsangebot Spaziergang		Zeitungsschau		Kreatives Gestalten
<b>Mittags</b> 	Entspannen / Plaudern		Gesellschaftsspiele			
<b>Nachmittags</b> 		Vorträge		Sportangebote		