

Strandanimation


BORKUM

FREIHEIT ATMEN

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
01.05 bis 15.05. 2022	09:45 - 10:30 Uhr QI GONG # Südbad	09:45 - 10:30 Uhr Kraftzirkel Südbad	09:45 - 10:30 Uhr QI GONG # Nordbad	09:30 - 10:45 Uhr YOGA # (Handtuch/ Strandmatte) Nordbad	09:45 - 10:30 Uhr QI GONG # Südbad	09:45 - 10:45 Uhr Thalassospaziergang (Klimagewöhnung) Nordbad
	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Nordbad	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Nordbad	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Südbad	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Südbad	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Nordbad	11:30 - 12:00 Uhr Strandgymnastik # Südbad
N O R D B A D + S Ü D B A D	Der Animationsstandort am <u>Nordbad</u> befindet sich jetzt neben dem Trampolin , am <u>Südbad</u> nach wie vor an der DLRG-Station					
	14:30 - 15:30 Uhr „Theo, Theo“ (Kinderspiele) Südbad	14:30 - 15:30 Uhr Borkumbälle basteln Nordbad	14:30 - 15:30 Uhr Strandbaumeister (Skulpturen, Burgen, Murmelnbahn...) Nordbad	14:30 - 15:30 Uhr SLACKLINE (Hilfestellung möglichst selbst gewährleisten) Südbad	14:30 - 15:30 Uhr „Theo, Theo“ (Kinderspiele) Nordbad	
	16:00 - 17:00 Uhr KUBB, MÖLKKY, Spikeball & Leitergolf Südbad	16:00 - 17:00 Uhr KUBB, MÖLKKY, Spikeball & Leitergolf Nordbad	16:00 - 17:00 Uhr KUBB, MÖLKKY, Spikeball & Leitergolf Nordbad	16:00 - 17:00 Uhr KUBB, MÖLKKY, Spikeball & Leitergolf Südbad	16:00 - 17:00 Uhr KUBB, MÖLKKY, Spikeball & Leitergolf Nordbad	
	17:15 - 18:15 Uhr Atemgymnastik an der Wasserkante (Thalassospazieren) Südbad		17:30 - 18:00 Uhr Deep Stretching (Handtuch+Gürtel) Nordbad			

Bei starkem Regen oder Sturm

finden alle # -markierten Kurse übergangsweise in der Spielinsel, auf der Empore statt.

Dort beginnen die Kurse 10-15min später.

Bitte ein sehr großes Handtuch mitbringen!

Bei unklarer Wetterlage ist der Treffpunkt zunächst am **Strand**. Dort wird entschieden, wo der Kurs stattfinden wird!

Strandanimation:
Suraya

Achtet auf **aktuelle Aushänge** für Änderungen sowie Zusatzangebote ©

Bei Regen oder Sturm erhalten Sie Informationen über Ortswechsel oder eventuelle Ausfälle am jeweiligen Treffpunkt am Strand