

➤ Ablaufplan

- 09:00 Uhr** **Anreise**
Zahlung des Startgeldes vor Ort (2,- €/Person)
- 09:30 Uhr** **Eröffnung**
Anschließend gemeinsame Erwärmung
- 10:00 Uhr** **Wettkampfbeginn**
Angebote KSB (Stationen 1 - 5)
- 10:00 Uhr** Start der Gruppenangebote (Stationen 7 - 10)
- 13:00 Uhr** Wettkampfbende
- 13.30 Uhr** Siegerehrung
* im Gaudiwettbewerb (Mannschaftswertung)
* im Lasergewehrschießen
* im Kegeln (Einzelwertung)
- 14.00 Uhr** Veranstaltungsende und Rückfahrt



Stationen des KSB ab 10:00 Uhr

Gaudiwettbewerb
Mannschaftswertung Männer / Frauen

1. Fässerzielwurf
2. Torwand-Schießen
3. Gummistiefelwurf
4. Schlangellauf

NEU: Extra Einzelwertung:

5. Lasergewehrschießen

Gruppenangebote ab 10:00 Uhr

7. „Fit mit Gritt“ - Rückenfitness

Übungen für Jedermann in der Halle

- **10.15 Uhr und 12.15 Uhr in der Halle** (Durchgeführt vom KSB Nordsachsen)

8. „I' m walking“ ab 10 Uhr

Walkingrunde durch den Park mit Ingrid und Angelika (Stahl Delitzsch e.V.)
Dauer ca. 1,5 Stunden, Strecke 5 - 6 km

9. „Barocker Zauber“ ab 10 Uhr

Wanderung bis zum Delitzscher Schloss mit Christa und Annelie (Stahl Delitzsch e.V.) anschließend Schlossführung max. 30 Pers./ Strecke hin und zurück ca. 5 km

10. Kegeln im Bürgerhaus (ca. 10 Min. Fußmarsch vom Sportgelände)

- **Von 10:00 – 12:00 Uhr**
Einzelwertung / Verantw. Alwine und Christina (Stahl Delitzsch e.V.)

➤ Informationen

Bei Bedarf organisiert der KSB **Busse** (5,- €/ pro Person - siehe Meldeliste) oder eigene Anreise (Parkplätze vorhanden)

Unterhaltung und Musik mit freundlicher Unterstützung der **Bundespolizei Bad Dübren**

Versorgung vor Ort mit Kaffee & Kuchen, Warme Küche & Deftiges vom Grill und kalten Getränken

Umskleidekabinen und WC ausreichend in der Sporthalle vorhanden

Bei **Regen Ablaufänderungen** vorbehalten! Angebote finden dann in der Halle statt.
Bitte Hallenschuhe mitbringen!

Unterstützung in der Vorbereitung und Organisation erhalten wir von den Seniorinnen von
„Stahl Delitzsch e.V.“ – Sport frei ☺!



Sportwoche – „Schnupperangebote“

Viele Vereine haben spezielle Seniorensportangebote im Programm, die nicht nur in der Seniorensportwoche genutzt werden können. Wir haben einen kleinen Überblick zusammengestellt und wünschen viel Spaß beim Ausprobieren ☺

<u>Sportart</u>	<u>Verein/ Sportstätte</u>	<u>Wann</u>
Senioren-Gymnastik	Krostitzer Sportverein e.V./ Sporthalle Krostitz	03.05. 15:30 Uhr 08.05. 15:30 Uhr
allg. Sportgruppe	SG Pehritzsch e.V. TH Jesewitz	07.05. 19:00 Uhr 14.05. 19:00 Uhr
Bogen-schießen	SSV 1952Torgau e.V. Hafenstadion	07.05. 18:00 Uhr 14.05. 18:00 Uhr
Schach	Schachfreunde Torgau Jahnturnhalle, Torgau	17.05. 18:00 Uhr 03.05. 18:00 Uhr
Zumba Gold	Shintai Wiedemar e.V. Am Ring 7, Wiedemar	03.05. 20:00 Uhr 17.05. 20:00 Uhr
Frauensport/ Gymnastik	SV Arzberg e.V. Rosenholzhalle	02.05. 18:30 Uhr 16.05. 18:30 Uhr
Tischtennis	SSV 1952 Torgau e.V. Turnhalle Nordwest	02.05. 17:00 Uhr 07.05. 17:30 Uhr
Leichtathletik Über 50.	LC Taucha Jubischhalle	07.05. 20:00 Uhr 14.05. 20:00 Uhr
Linedance (Anfänger)	Parthe Boots Linedance Taucha	jeden 2. Samstag im Monat 13:30 Uhr Oder Die. 08.05. um 20 Uhr
Senioren-Gymnastik	TSG Schkeuditz	08.05. 20:00 Uhr 15.05. 20:00 Uhr
Leichte Ballspiele	TSG Schkeuditz	08.05. 16:00 Uhr 15.05. 16:00 Uhr
Seniorenrudern Ab 60	Torgauer Ruderverein e.V. Ruderheim Pestalozziweg	16.05. 16:00 Uhr 02.05.16:00 Uhr
Nordic Walking / Wandern	SG Schmannewitz e.V. Treffpunkt Waldbad	Sonntags ab 09:00 Uhr
Wirbelsäulen-Gymnastik	VitaMed-Zentrum Delitzsch	Mo. – Fr. jeweils 09:00 – 19:00 Uhr
Allg. Fitness	Boxsportverein Eilenburg e.V. Boxhalle	04.05. 18:00 Uhr (mit Betreuung)

<u>Sportart</u>	<u>Verein/ Sportstätte</u>	<u>Wann</u>
Senioren-Sport	Oschatzer Turnverein 1847 e.V. / Turnhalle Collmblick	08.05. 10:45 Uhr 15.05. 10:45 Uhr
Fußball- Alte Herren	SC Hartenfels 04 e.V. Hartenfelsstadion	02.05. 18:30 Uhr 09.05. 18:30 Uhr

Weitere Informationen und Trainingszeiten zu den einzelnen Angeboten erhalten Sie direkt beim Kreissportbund Nordsachsen e.V. sowie bei den jeweiligen Vereinen.

Sport gemeinsam statt einsam!

Kontakt Veranstalter:

Kreissportbund Nordsachsen e.V.
Leipziger Straße 44
04860 Torgau

Ansprechpartnerin:
Caroline Manthey

Tel.-Nr.: 03421 - 96 97 031

E-Mail: manthey@ksb-nordsachsen.de

Homepage: www.ksb-nordsachsen.de

In Zusammenarbeit mit
„Stahl Delitzsch e.V.“

Meldeschluss: Donnerstag, 12. April 2018!

- für Gruppen ab fünf Teilnehmern bitte mit Meldeliste!
- an KSB (siehe Meldeformular!)

Anschrift Sportstätte:

Berufliches Schulzentrum Delitzsch
Sportgelände / Mehrzweckhalle
Karl-Marx-Straße 1
04509 Delitzsch

(Parkmöglichkeiten ausreichend vorhanden)

Einladung

Kreisseniorenspiele 2018

im

Landkreis Nordsachsen

Mittwoch

09. Mai 2018

von 9:00 bis 14:00 Uhr

in Delitzsch

- **Auf dem Sportgelände am BSZ**

