



**Wir haben im Rahmen des Aktionstages „Landkreis in Bewegung“ ein Sport- und Bewegungsangebot organisiert.**

**Das Programm wird von  geleitet und ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer kostenlos.**

**Es wird abwechselnd Training zur Rückengesundheit (Teilnehmerzahl unbegrenzt) und Funktionelles Zirkeltraining (24 Teilnehmer pro Durchgang) angeboten.**

**Wann: 18.06.2023, 13.30 bis 16.30 Uhr**

**Wo: Sportgelände ASV Reckendorf**

**Zeitplan:** ab 13.30 Uhr Funktionelles Zirkeltraining  
ab 14.30 Uhr Rückengesundheit  
ab 15.00 Uhr Funktionelles Zirkeltraining  
ab 16.00 Uhr Rückengesundheit

**Viel Spaß beim Aktionstag wünscht Euch der  
CSU Ortsverband Reckendorf**

