



Programm & Aktionen

#WirBewegenGrafing

Eine Initiative des Werbering Grafing e.V. in
Kooperation mit der Stadt Grafing und Grafinger Sportvereinen.



Fit in den Frühling

23. März, 13 – 17 Uhr | 24. März, 11 – 16 Uhr



Fit in den Frühling
ab 21. März: Primelaktion in den
Geschäften des Werberings

Werbering Grafing
BÄRENSTARK in Handel und Wirtschaft



Der Grafinger Frühling beginnt in diesem Jahr mit einem bunten Programm.

Ab **21. März** verschenken wieder viele Mitglieder des Werberings Grafing Primeln an ihre Kunden.

Und am großen Aktionswochenende (**23. & 24. März**) werden Marktplatz und Stadion zur Bühne für ein abwechslungsreiches Programm rund um die Themen Gesundheit, Ernährung, Sport & Fitness sowie Freizeit.

Eine erste Programmübersicht finden Sie auf der Innenseite des Flyers und auf unserer Homepage: www.werbering-grafing.de



Besuchen Sie uns auch auf Instagram & Facebook
#WirBewegenGrafing

Programm & Aktionen

Samstag, 23. März, 13 – 17 Uhr, Marktplatz Grafing

Der Grafinger Marktplatz wird zur Aktionsbühne.

Firmen, Gewerbetreibende und Vereine starten mit Ihnen gemeinsam in den Frühling.

Was Sie unter anderem erwartet:



Viele Geschäfte haben an diesem Tag für Sie länger geöffnet und bieten ebenfalls Aktionen rund um das Thema „Fit in den Frühling“.

Auf unserer **Aktionsfläche** erwartet Sie außerdem:

13.00 – 13.50 Uhr	Tai Chi (20 Min. Vorführung und 30 Min. Mitmachaktion)
14.00 – 14.30 Uhr	Physiotherapie Senger – Vorführung und Mitmachaktion
14.30 – 14.50 Uhr	Kindergarde, Polka und Showgruppe
15.00 – 15.30 Uhr	Body – Workout (Mitmachaktion)
15.30 – 15.50 Uhr	Young Energy und die High Energy
ab ca. 16 Uhr	Fit for Life – Vorführung und Mitmachaktion

Sonntag, 24. März, 11 – 16 Uhr, Stadion Grafing (mit Charitylauf)

Der Sonntag steht ganz im Zeichen von Sport und Bewegung.

Grafinger Sportvereine stellen sich vor, es gibt viele Aktionen und auch ein paar besondere Highlights.

- Mitglieder einer Highlandgame-Mannschaft stellen an Mitmachstationen diese außergewöhnliche Sportart vor.
- Klettergeschick ist an der Boulderscheibe gefragt.
- Ein bissel Golfen ist auch wieder möglich.
- Voltigieren kann an einem Holzpferd geübt werden.
- Es gibt Body-Workout, Torwandschießen, Judo-Showtraining etc.
- Außerdem: Parcourlauf im Eisstadion mit Spielern & Trainern (13:45 – 15:15 Uhr; Schlittschuhe nicht vergessen!)
- **Charitylauf:** Um 12 Uhr startet für die Teams der Charitylauf - vorab gibt es noch ein professionelles Aufwärmtraining für die Läufer. Ab ca. 13:30 Uhr kann jeder auf die Stadionrunde gehen und Gutes für andere tun. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer. (Für Kinderbetreuung ist gesorgt)

Für das leibliches Wohl ist natürlich gesorgt.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Weitere Infos unter www.werbering-grafing.de
sowie bei Facebook & Instagram #WirBewegenGrafing

