

Raum Uhrzeit	Mehrzweck- halle 1	Mehrzweck- halle 2	Mehrzweck- halle 3	Gymnastik- raum	Theatersaal	Fitness-Eck	Kegelbahn	Boxempore Georg- Scherer-H.	Tennishalle	Außen- Anlage	Georg- Scherer- Halle 1	Georg- Scherer- Halle 2 + 3	Boulderwand Georg- Scherer-H.	Foyer		
18:00	Kurzhandel Workout / Flexibar	Bewegungs- landschaft für Kinder	Biathlon Abtlg. Leichtathletik	Pilates H.I.I.T.	18 – 19 Uhr Karate zum Ausprobieren für Kinder & Erwachsene	Power- Challenge Speed- Challenge Koordinations- Parcours	Freies Kegeln zum Ausprobieren für Jedermann			18.15 – 19 Uhr Nordic Walking Technik Stadioneingang	ASV Ballschule „Schlag den ASV“	ASV Boulder Wand Info & Freies Klettern	ASV Boulder Wand Info & Freies Klettern	Info- Stände & Verlosungen		
18:30	Functional Training			Bodyweight Challenge											18 – 20 Uhr Abt. Theater Kinder- schminken	17.30 – 18.15 Uhr Boxtraining zum Mitmachen 8 – 99 Jahre
19:00	Deep Work			Hatha- Yoga	Ca. 19.10 Uhr Karate Vorführung						18.30 – 19.00 Uhr Box- Wettkampf				18 – 20 Uhr Abtlg. Leichtathletik	American Football zum Anfassen...
19:30	Fitness- Boxen			Pilates Faszien- training & Beckenboden	Ca. 19.20 Uhr Showtanz Vorführung						ASV Fitness- studio Beratung Information				19.15 – 19.45 Uhr Abtlg. Boxen Kraft- Ausdauer- Training	
20:00	Karate Offenes Training für Erwachsene	Ca. 20 Uhr Geräteturnen	Eishockey Streethockey Stocktraining Schuss- techniken	TRX Schlingen- training	Verlosung von 10er-Karten & Abos		Tennis Schnupper- training für Erwachsene	Tennis Schnupper- training für Kinder ab 6 J.		18 – 21 Uhr Volleyball- Glücksrad jeder Dreh gewinnt		20 – 21 Uhr Badminton für Kids ab 10 J.	Hallen- oder Kletter- schuhe mitbringen	 ASV Dachau		
20:30		Ca. 20.20 Uhr Ju-Jutsu Interaktives Training zum Mitmachen									Power Yoga				Zumba Fitness Masterclass	Tennis Freies Spiel
21:00														 Sparkasse Dachau		
21:30															 Dachauer Rundschau	
22:00	 Lohnsteuerhilfe Bayern e.V.															



Zeitplan

8. Lange Nacht des Sports

Freitag, 27.9.2019 18 – 22 Uhr

Fitness- & Trendsport	Beratung, Information Verlosungen	Freizeitsport	Sport für Kinder & Jugendliche	Spiel- & Spaß zum Mitmachen	Vorführungen, Schaustraining	Gesundheitssport
----------------------------------	--	----------------------	---	--	---	-------------------------