

Zeitplan für Rebound Woche

Zeit	14.10.2024 Montag	15.10.2024 Dienstag	16.10.2024 Mittwoch	17.10.2024 Donnerstag	18.10.2024 Freitag
Treff: 9:30 Uhr am Club alle TN					
Start: 10 Uhr	1. Tag/Teil 1 Fit and Mindful	2. Tag/Teil 1 Fit and Mindful	1. Tag Technisches Bogenschießen	2.Tag Bogenschießen (Sport/Spaß schießen)	"Bogenschießen (Grundkurs/Konzept A)"
			1. Tag Graffiti (Graffiti ausbessern Wand beim Simmel)	2. Tag Graffiti (Anhänger Club besprühen)	3. Tag Graffiti (Anhänger besprühen)
			3. Tag/Teil 1 Fit and Mindful	4. Tag/Teil 1 Fit and Mindful	
	1.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 1.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 2.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 3.Tag Parkour (Stadtgebiet)
Mittgaspause: 11:30 - 12:30 Uhr	Jugendclub	Jugendclub	Jugendclub	Jugendclub	Jugendclub
	Teil 2 Fit and Mindful	Teil 2 Fit and Mindful	2. Teil Bogenschießen (Achtsamkeits Bogenschießen)	2. Teil Bogenschießen (Achtsamkeits Bogenschießen)	"Bogenschießen (Grundkurs/Konzept A)"
			2. Teil Graffiti (Wand ausbessern/Anhänger besprühen)	2. Teil Graffiti (Anhänger Club besprühen)	3. Tag Graffiti (Anhänger besprühen)
			3. Tag/Teil 2 Fit and Mindful	4. Tag/Teil 2 Fit and Mindful	
	1.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 1.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 2.Tag Parkour (Stadtgebiet)	2. Workshop 3.Tag Parkour (Stadtgebiet)
Ende: ca. 15:30 Uhr					