

Übersicht Wochenprogramm für die Aktionswoche Garching Bewegt 2026

Samstag, 13.06	Sonntag, 14.06.	Montag, 15.06.	Dienstag, 16.06.	Mittwoch, 17.06.	Donnerstag, 18.06.	Freitag, 19.06.	Samstag, 20.06.	Sonntag, 21.06.
9:30-10:30 Walking	8:00 – 10:30 Oase im Grünen	8:00- 9:00 Nordic Walking			9:30 -11:00 Garching Bewegt Spezial		9:30 -10:30 Walking	8:00 – 10:30 Oase im Grünen
11:00-12:00 Boxen f. Kinder	10:00-12:00 Inklusive Bewegungs-Landschaft	10:00 -11:30 Reha Club	11:15 -12:15 Yoga f. Senioren	11:00 -12:30 Pilates f. Senioren			10-10:45 Uhr (1. Kurs) 11-11:45 Uhr (2. Kurs) Inklusives Kinderturnen	12:00 -12:45 Familien Jazz Dance
13:30 – 16:00 Radlparcours				14:45 -15:30 Beweglich Fit 60 +				14:00 Alternativtermin Radltour
15:30-16:30 Familienyoga				17:00 -18:00 Kickboxen ab 16 Jahre	17:30 -18:30 Gesundheit-Sport			
					17:45 - Radltour			
		18:00 -20:00 Tischtennis	18:00 -19:00 Boxen ab 16 Jahre		18:00 -20:00 Tischtennis	18:00 -19:00 Zumba		
		20:00 -22:00 Volleyball	19:15-20:15 Jazz/Show Erwachsene		19:00 - 20:00 Reha Club			
		20:30 -21:30 Jazz/Show Damen			19:15 -20:15 Jazz/Show Jugendl./Erw.			

