

Samstag, 28. Mai 2022

09.45 – 12.00 Uhr

Wanderung & Vogelekursion Treffpunkt Schulhausplatz

Diese ornithologisch und informativ begleitete Wanderung führt uns zum Biotop Turbenmoos, durch den Oberwald zum Inkwilersee. Dort offeriert der Gemeinderat zum Abschluss der Wanderung ein Apéro. Ausrüstung: gutes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung, wenn vorhanden Feldstecher oder Fernrohr mitnehmen. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

10.00 – 11.00 Uhr

Zumba für ALLE In der Turnhalle. „Ich habe noch nie so eine Energie, Freude und Glück gefühlt. Der ganze Raum war davon erfüllt und man hat sich so richtig selbstbewusst gefühlt.“ Bewegung macht Freude.

Sonntag, 29. Mai 2022

LETZTER GROSSANLASS!

START: 10.00 Uhr

- **Kaffee-Stube**
- **Hindernis-Brennballturnier** Anmeldung einer Mannschaft / Familie mit min. 5 und max. 8 Spielern und eigenem Gruppennamen bis 26. Mai 2022 erforderlich! **Spielregeln:** 2 Mannschaften, Spielzeit pro Mannschaft/Spiel 5 Min. oder wenn ausgehungert (keine Werfer mehr am Start) Wechsel der Positionen. Sieger ist die Mannschaft mit den meisten Punkten. Grümpeltturnier-Regeln. **Anmeldung unter:** schweiz.bewegt@bolken.ch / G. Jeker 079/774 49 54 / Schweiz.bewegt App **Startzeit muss eingehalten werden und wird am 27. Mai bekannt gegeben.**
- Bei trockenem Wetter div. Outdoor-Aktivitäten
- Die Schützen öffnen den Schiesskeller für Gross und Klein

Ab 11.30 Uhr

- **Festwirtschaft mit Mittagsverpflegung** Grill / Salat / Hotdog

von 13.00 – 15.00 Uhr

- **Summervibes Bachata** Im Werkzimmer MZH. Bewege dich zu Zweit zum sommerlichen Rhythmus der Bachataklänge. Mit Stephanie & Fabian lernst du und dein*e Tanzpartner*in in zwei Stunden die wichtigsten Elemente und Basics eines aufkommenden Tanzstils. Der ursprünglich aus der dominikanischen Republik stammende Tanz erlangte 2019 UNESCO Welterbestatus. Der Tanz verstaubt aber nicht etwa in seinem historischen Erbe, sondern entwickelt sich laufend in seiner Form weiter. Mittlerweile performen auch namhafte Künstler wie The Weekend feat. Rosalia (La Fama) oder Ozuna (Senor Juez) Songs, die weltweite Bekanntheit erlangt haben. Mit Stephanie & Fabian erhältst du einen Einblick in den modernen Bachata. **Ab 16 J. Vorzugsweise Paarweise / alleine auch herzlich Willkommen//Lockere Kleidung//Trinkflasche//Socken oder Tanzschuhe.**

- **Spiel und Spass mit der Feuerwehr**

Ende der Veranstaltung 16.00 Uhr

Montag, 30. Mai 2022

17.30 – 18.30 Uhr **Walking** Treffpunkt auf dem Schulhausplatz.

19.00 – 20.00 Uhr **„Strandfigur“ E.** In der Turnhalle, Workout mit leichten Übungen die Muskeln aufbauen und überflüssiges Winterpolster wegschwitzen. Gelenkschonend und für Alle ab 16 Jahren. Frottier Tuch mitnehmen.

Dienstag, 31. Mai 2022

18.00 - 19.00 Uhr **Joggen** Treffpunkt auf dem Schulhausplatz.

Die Outdoor Angebote finden bei jeder Witterung statt, ausser bei Sturm!

! Endspurt !

Macht mit und lasst uns gemeinsam die letzten Minuten sammeln!

Versicherung ist bei ALLEN Aktivitäten Sache der Teilnehmer!
Wir freuen uns, euch zu bewegen.