



Im Rahmen des Landesturnfestes 2016 findet am Freitag, den 29.07.2016 sowie am Samstag, den 30.07.2016 der „Tag der Senioren“ statt. Zahlreiche Angebote in Ulm bieten den perfekten Rahmen für einen Tagesausflug:

Programmpunkte an beiden Tagen:

- „Treffpunkt Ältere“ im Haus der Begegnung: Das gesellige Beisammensein, eine Ruheoase und kleine Aktivitäten stehen hier im Mittelpunkt. Außerdem gibt es Kaffee, Kuchen sowie herzhafte Snacks und Erfrischungen aus der Region. Direkt nebenan befindet sich der Rosengarten am Donauufer, der zum Spazieren oder Verweilen einlädt.
- Turnfest-Wanderung: Auf einem geführten Rundkurs von ca. 8 km geht es durch die Ulmer Altstadt und am Donauufer entlang.
- Spatzen-Test: Stadtrallye mit kulturellen und sportlichen Herausforderungen mit Start am Münsterplatz

weitere Aktivitäten am FREITAG, 29.07.2016:

- Stadtführungen durch die Altstadt mit Fischer- und Gerberviertel oder durch das Ulmer Münster (optional mit Orgelkonzert)
Mehrere Startzeitpunkte (siehe Anmeldung), Kosten: zwischen 5 und 8 €.
- Turnfest-Gala: eine abwechslungsreiche und vielfältige Show aus Tanz, Gymnastik und Akrobatik erwartet die Zuschauer.
29.07.2016, 20.00 Uhr, Karten: 22,50 €. Ort: Donauhalle auf dem Messegelände.
- Schlagerparty auf dem Ulmer Münsterplatz: 29.07.2016, 20.00 Uhr.

weitere Aktivitäten am SAMSTAG, 30.07.2016:

- Golden-Age-Gala: Unter dem Motto „fit und lebensfroh“ zeigen Seniorengruppen wie fit und aktiv man mit regelmäßiger Bewegung bleibt.
30.07.2016, 15.00 Uhr, Karten: 12 €. Ort: Donausaal auf dem Messegelände.
- Generationenbühne auf dem Marktplatz
- Fitness meets Münsterplatz „Fünf Esslinger“-Mitmachangebot,
30.07.2016, 13.00 Uhr.

Ansprechpartnerin: Juliane Schindwein, Telefon: 0711/28077-252, Mail: schindwein@stb.de
Weitere Informationen zum Landesturnfest unter www.landesturnfest.org

Uhrzeit	FREITAG	Uhrzeit	SAMSTAG
Ab 10.00 Uhr	Ankunft und Ankommen im Haus der Begegnung	Ab 9.00 Uhr	Ankunft, Ankommen und kleiner Imbiss im Haus der Begegnung
11.00 Uhr	Führung durch die Altstadt mit Fischer- und Gerberviertel	10.00 Uhr	Wanderung
12.00 Uhr	Gemütliches Mittagessen in der Ulmer Altstadt	12.00 Uhr	Mittagessen im Herzen von Ulm
13.00 Uhr	Wanderung	13.00 Uhr	Spatzen-Test durch die Innenstadt
15.00 Uhr	Kaffee und Kuchen im Haus der Begegnung Anschließend Nutzen der Aktivitäten dort	15.00 Uhr	Golden-Age-Gala und gemütliches Beisammensein
17.00 Uhr	Showvorführungen auf dem Münsterplatz		
20.00 Uhr	SWR4-Schlagerparty Anschließend Abreise oder Übernachtung in Hotel/ Pension		

Dies ist nur ein beispielhafter Tagesablauf. Das Programm kann auf die Wünsche und Vorlieben der Gruppen zugeschnitten werden. Die Anmeldung zu den einzelnen „Modulen“ ist flexibel und mit dem Anmeldeformular auf der Rückseite selbst festzulegen. Bitte bei der Anmeldung darauf achten, dass es keine zeitlichen Überschneidungen gibt.

Für die offenen Angebote wie Spatzen-Test, Showvorführungen, Schlagerparty, Fitness meets Münsterplatz, etc. muss keine Anmeldung erfolgen.

Kurze Wege vor Ort - Die einzelnen Veranstaltungsstätten in Ulm sind fußläufig zu erreichen:

- Bahnhof Ulm – Münsterplatz: 9 Minuten Fußweg
- Bahnhof Ulm – Haus der Begegnung: 15 Minuten Fußweg
- Bahnhof Ulm – Marktplatz: 12 Minuten Fußweg
- Münsterplatz – Marktplatz: 3 Minuten Fußweg
- Münsterplatz - Haus der Begegnung: 6 Minuten Fußweg
- Marktplatz – Haus der Begegnung: 5 Minuten Fußweg

Das Messegelände kann von der Innenstadt aus direkt per Straßenbahn oder Bus erreicht werden.

