

Traversada 2011

La Traversada 2011 vain manada tras in sonda, 2 da lügl 2011. Reservai fingià hoz quella data. Nus ans allegrain sün gronda partecipaziun.

Ils organisaturs



SENT IN MOVIMAINIT

December 2010

Participants:

4 persunas singulas

Soc. da gimnastica da senioras (9 persunas)

Gener da sport:

Uras:

Puncts:

T-Bow	3	6
Passlung	28	56
Chaminar	215.5	431
Pilates	3	6
Nordic Walking	15.5	31
Hockey	6	12
Gimnastica	67	134
Total	338	676

Schefa da cultura e sport

Investir temp in movimaint (sport) = Üna buna investiziun

Blera glied as mouva fingià bler dūrant il temp da lavur. Quai es natūralmaing fich bun. Cun nos program laina promover movimaint (sport) dūrant il temp liber. Als 1. schner ha cumanzà la terza runda da Sent in movimaint e dūra fin als 30 gūn 2011.

Exaimpel: Lady Muster, schner 2011 (la glista dar gio mincha fin dal mais sūn büro cumūnal)

La glista per portar aint il gener da sport e'ls puncts as poja chargiar gio da l'internet www.sent-online.ch/sport.

2 schner	Ir a spas	1.0 ura	2 puncts
5 schner	Ir culs skis	3.0 uras	6 puncts
8 schner	Passlung	1.5 ura	3 puncts
15 schner	Aerobic	1.0 ura	2 puncts

La fin da gūn 2011 vain trat la būs-cha tanter tuot ils partecipants. Ils prüms trais tschüffan ün premi.

Schefa da cultura e sport