

# Zur Orientierung

	<p>Berghof Kinderprogramm für Kinder von 4 - 10 Jahren</p> <p>Berghof Kinderveranstaltungen</p>
	<p>Kinder Walderlebnis mit Jutta für Kinder von 5 bis 9 Jahren</p>
	<p>Berghof Sportprogramm für Kinder ab 8 Jahren</p>
	<p>Berghof Fitnessprogramm</p>

**Montag**  
**29.06.**

09:00 Uhr



**Yogamix am Steg**

Kräftigung und Entspannung in einem! Mit sanften Übungen aus den Bereichen Yoga, Pilates und Wirbelsäulengymnastik bringen wir Körper, Geist und Seele in Einklang. Bitte eigene Unterlage mitbringen.

Dauer ca. 1 Stunde

Treffpunkt: Strandpavillon am Weststrand /  
bei Schlechtwetter Rezeption

**Dienstag**  
**30.06.**

09:00 Uhr



**Nordic Walking**

Dauer ca. 1 Stunde

Treffpunkt: Strandpavillon am Weststrand /  
bei Schlechtwetter Rezeption

10:00 Uhr



**Walderlebnis für Kinder von 5 bis 9 Jahren**

**Auf zum Wandertag!**

Wir löse eine Eintrittskarte für unseren Waldbesuch und (be)suchen das Zuhause von Fittich & Wittich.

Mit einer geschulten Betreuerin erkunden die Kinder den Wald. Es gibt: Kennenlernspiele , Wanderung zum Zuhause von Fittich & Fittich, basteln eines Wichtelschreibers  
Jause bitte mitnehmen.

Anmeldung in der Rezeption / max. Teilnehmerzahl 9

Treffpunkt: vor der Rezeption / Rückkehr ca. 14:00 Uhr

# Mittwoch 01.07.

**10:00 bis 13:00 Uhr** **Wir basteln kleine Schweinchen aus Bierkorken**

Treffpunkt: Kinderland / Ostseite



**10:30 Uhr** **Ultimate Frisbee**



Das Ziel des Spieles besteht darin, die Frisbee über das Spielfeld zu werfen und dann in der gegnerischen Endzone zu fangen.

Treffpunkt: vor der Rezeption

**15:00 Uhr** **Spikeball**



Treffpunkt: vor der Rezeption

**17:00 bis 19:00 Uhr** **Pony reiten** (kostenlos)

am Weststrand



**19:00 Uhr** **Zirkeltraining**



Mit Krafttraining für Jedermann erwartet euch. Johanna hat ein tolles Zirkeltraining für euch vorbereitet. Dauer ca. 1 Std  
Treffpunkt: Strandpavillon / bei Schlechtwetter Rezeption

**19:00 Uhr** **Beachvolleyball für Kinder ab 14 J.**



Treffpunkt: vor der Rezeption

**19:00 Uhr** **Lesestunde**



Treffpunkt: Kinderland / Ostseite

# Donnerstag 02.07.

**09:00 Uhr** **Morgensport**



Nach einem kurzen Warmup bewegen wir uns über das Berg-hof Gelände und bauen bei verschiedenen Stationen Kräftigungsübungen ein. Bitte Sportschuhe anziehen.

Dauer ca. 1 Stunde

Treffpunkt: Strandpavillon am Weststrand /  
bei Schlechtwetter Rezeption

**10:00 bis 13:00 Uhr** **Wir basteln Fensterblumen**

Treffpunkt: Kinderland / Ostseite



**10:00 Uhr** **Fußball für Kinder 8—12 J.**

**11:00 Uhr** **Fußball für Kinder ab 13 J.**



Treffpunkt: vor der Rezeption

**10:00 Uhr** **Cool Snow Pool!  
Schneeballschlacht mitten im Sommer**



Lustige Schneeballschlacht mit Schneebällen befüllten Mini-Pools, Schneeschaum Party, Siegerehrung uvm.

Anmeldung: 10 bis 10:30 Uhr (spätere Anmeldung nicht möglich)  
Spielbeginn: ca. 10:30 Uhr / Spielende: ca. 12:30 Uhr

Treffpunkt: Weststrand

# Donnerstag 02.07.

## 16:00 Uhr Klettern im Kletterwald Ossiacher See



mit dem eigenen PKW starten wir gemeinsam vom Berghof zum KLETTERWALD nach Ossiach. Parcours mit über 60 Klettermetern in Höhe von 3 bis 18m und eine Fly Line bieten Euch eine Mischung aus Naturerlebnis, Abenteuer und Nervenkitzel. Kinder ab 8 Jahren / Dauer ca. 2 Std  
Preis pro Person € 20.-

Anmeldung bis spätestens Mittwoch in der Rezeption

## 19:00 Uhr Kinderdisco



Treffpunkt: Weststrand / Dauer ca. 1 Stunde

Bei Schlechtwetter in der Tenne (Raum über Restaurant)

# Freitag 03.07.

## 09:00 Uhr Stretching & Mobilisieren



Wir dehnen alle großen Muskelgruppen von Kopf bis Fuß intensiv und machen unsere Gelenke durch angenehme Mobilisationsübungen wieder geschmeidig. Bitte eigene Unterlage mitbringen. Dauer ca. 1 Stunde

Treffpunkt: Strandpavillon am Weststrand /  
bei Schlechtwetter Rezeption

## 10:00 Uhr Zaubershow



am Weststrand / bei Schlechtwetter in der Tenne  
Dauer ca. 1 Stunden

## 10:00 bis 13:00 Uhr Wir basteln Fische aus Wäscheklammern

Treffpunkt: Kinderland / Ostseite



## 10:30 Uhr Disc Golf



Das Ziel besteht darin, die Frisbee Scheibe in so wenig Würfen wie möglich in das vereinbarte Ziel zu treffen. Gewonnen hat der, der nach dem Kurs die wenigsten Würfe benötigt hat.

Treffpunkt: vor der Rezeption

# Freitag 03.07.

**15:00 bis  
18:00 Uhr**

**Wir spielen Dosenwerfen**  
Treffpunkt: Kinderland / Ostseite



**15:00 Uhr**

**Tischtennis**  
Treffpunkt: vor der Rezeption



**19:00 Uhr**

**Badminton**  
Treffpunkt: vor der Rezeption



# Samstag 04.07.

**10:00 bis  
13:00 Uhr**

**Malen mit Wasserfarben**  
Treffpunkt: Kinderland / Ostseite



**10:30 Uhr**

**Spikeball**  
Treffpunkt: vor der Rezeption



**13:30 Uhr**

**Minigolf Turnier**  
Treffpunkt: vor der Rezeption



**19:00 Uhr**

**Beachvolleyball für Kinder ab 14 J.**  
Treffpunkt: vor der Rezeption

