

- | | |
|--|---|
| <p>09:30 - 18:00 Stand Up Paddeln – SUP mit Hund mit Yvonne Matuschek Auf Anfrage, Anmeldung und Infos am Stand SUP mit Hund, Halle 11, Stand D35 <i>Action Pool Halle 11</i></p> | <p>10:00 - 17:30 Entdecke den familienfreundlichen Mountainbike Trailpark HeumödernTrails im Altmühltal Anmeldung und Infos am Stand Talstation Halle 11, Stand D04 <i>Aussteller-Aktionen Halle 11</i></p> |
| <p>10:00 - 12:30 Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0 Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21 <i>Pumptrack Halle 11</i></p> | <p>10:00 - 17:30 Herzogin - die edle Spirituose aus dem Frankenland. Teste Dich durch echten Franconian Dry Gin mit verschiedenen Sorten (Ab 18 Jahren), Anmeldung und Infos am Stand Herzo Gin, Halle 11, Stand C17 <i>Aussteller-Aktionen Halle 11</i></p> |
| <p>10:00 - 12:30 Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0 Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21 <i>Kletterschlange Halle 11</i></p> | <p>10:00 - 17:30 X-World-Skateshop aus Nürnberg / Herzogaurach Probiere Dich in unserer Skate und Balance Area oder drehe eine Runde Scooter auf dem Pumptrack, Anmeldung und Infos am Stand X-World-Skateshop Halle 11, Stand B14 <i>Aussteller-Aktionen Halle 11</i></p> |
| <p>10:00 - 12:30 Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0 Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21 <i>Action Pool Halle 11</i></p> | <p>10:30 - 11:00 Warm Up Bayerischer Landessportverein <i>sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva</i></p> |
| <p>10:00 - 17:30 Gemeinsam Fahrspaß entdecken - Das Zugsystem kommt testen by kommit-bike.de Anmeldung und Infos am Stand kommit Halle 11, Stand C23 <i>Pumptrack Halle 11</i></p> | <p>10:30 - 11:30 E-Bike – Pedelec Fahrsicherheitstrainings: Sicher – Souverän – Unfallfrei: Schnupperkurs mit E-Bike-Fahrsicherheit.de Anmeldung bitte vor Ort am Parcours. <i>Fahrradparcours ADFC Halle 9</i></p> |
| <p>10:00 - 17:30 Deine Erlebniswelt Wasser - Teste verschiedenste Paddel-Sportarten und dreh eine Runde mit Kanu, Kajak, SUP auf dem Actionpool Badehose nicht vergessen! Umkleidekabine vorhanden, Anmeldung und Infos am Stand MegaSports Halle 11, Stand C31 <i>Action Pool Halle 11</i></p> | <p>11:00 - 11:30 Ambulante Pflege: Wer bezahlt was? Pflegestützpunkt Nürnberg gibt einen Überblick <i>sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva</i></p> |
| <p>10:00 - 17:30 Action Sport dein Tauchcenter in Erlangen - Tauchen vom Anfänger bis zum Tauchlehrer Ob Tauchkurs, Tauchausrüstung oder Tauchreisen - Material und Beratung vor Ort, Anmeldung und Infos am Stand Action Sport Stand Halle 11, Stand D31 <i>Aussteller-Aktionen Halle 11</i></p> | <p>11:30 - 12:15 Bleiben die Angehörigen auf der Strecke? Talk mit Ulrike Mascher, ehemalige VdK-Präsidentin <i>sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva</i></p> |
| <p>10:00 - 17:30 DLRG - Kreisverband Nürnberg-Roth-Schwabach e.V.- Ehrenamt und Engagement Lerne uns kennen und erfahre mehr über dein Möglichkeiten bei uns, Anmeldung und Infos am Stand DLRG Halle 11, Stand E30 <i>Aussteller-Aktionen Halle 11</i></p> | <p>12:00 - 13:00 Stille Entzündungen und Omega-Fettsäuren Brigitte Meinl, Lebensfreude – Glück – Wohlbefinden <i>Forum Gesundheit-Regional.de Halle 8 - inviva</i></p> |
| | <p>12:30 - 13:30 Musik zum Entspannen und Zuhören Klassik Radio <i>sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva</i></p> |
| | <p>13:00 - 14:00 Warum Hanf die Zukunft ist Antonia Greiner, Hempmate <i>Forum Gesundheit-Regional.de Halle 8 - inviva</i></p> |

- 13:00 - 14:30** **Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Pumptrack Halle 11
- 13:00 - 14:30** **Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Kletterschlange Halle 11
- 13:00 - 14:30** **Das Schülerprogramm "Freizeit Messe Mitmachprogramm" - Water, Land and Air-Based Activities in Halle 11.0**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Action Pool Halle 11
- 13:30 - 14:00** **Wie lebt es sich im Betreuten Wohnen?**
Frank Tkatzik von Seleo/KIB und Bewohner geben Auskunft
sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva
- 14:00 - 14:30** **Astaxanthin - eines der stärksten Antioxidantien aus der Natur**
Dominik Heilbronner, Dr. Heilbronner
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 8 - inviva
- 14:00 - 14:45** **Was bringt die Zukunft in der Pflege?**
Diskussion über Einsatz von Robotik
sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva
- 14:00 - 17:30** **HEIMATRAUSCH KIDS CLUB - Spiel, Spaß und Bewegung- Kinderbetreuung**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Pumptrack Halle 11, Stand C21
Aussteller-Aktionen Halle 11.1
- 14:30 - 15:00** **Ätherische Öle sind mehr als nur ein guter Duft!**
Susi Krauß, doTERRA
Forum Gesundheit-Regional.de Halle 8 - inviva
- 14:30 - 15:30** **E-Bike – Pedelec Fahrsicherheitstrainings: Sicher – Souverän – Unfallfrei: Schnupperkurs mit E-Bike- Fahrsicherheit.de**
Anmeldung bitte vor Ort am Parcours.
Fahrradparcours ADFC Halle 9
- 14:30 - 17:00** **Pumptrack Skills-Workshop mit HappyTrails.de**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Pumptrack Halle 11
- 14:30 - 17:00** **Bike-Spielplatz für Kids und Fahrtechnik für Erwachsene mit HappyTrails.de**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Pumptrack Halle 11
- 14:30 - 17:30** **Schnapp dir dein Test-Bike von Erwachsenen bis Kinderräder u.a. der Marke VPACE und dreh deine Runde in der Bike-Skills-Area**
Anmeldung und Infos am Stand HappyTrails Halle 11, Stand C21
Pumptrack Halle 11
- 14:30 - 17:30** **Erklimme die Kletterschlange - unterschiedliche Routen bis auf 10 Meter Höhe erwarten dich**
Anmeldung und Infos am Stand Kletterschlange Halle 11
Kletterschlange Halle 11
- 15:00 - 15:30** **Was tun, wenn die Gelenke schmerzen?**
Messesprechstunde mit Chefarzt Andreas Mauerer, Theresienkrankenhaus
sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva
- 15:00 - 16:30** **SUP-Polo Traide Open Turnier präsentiert vom Wakepark Brombachsee und FLASH surf and repair**
Anmeldung und Infos am Stand Paul Flash Surf and Repair, mail@flash-surf.de / Wakepark Brombachsee
Halle 11, Stand D33/D35
Action Pool Halle 11
- 15:30 - 16:00** **Nützliche Dinge nicht nur für Alleinlebende**
Johanniter-Unfall-Hilfe informiert über Notfallhilfe für zuhause
sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva
- 16:00 - 16:30** **Musik zum Entspannen und Zuhören**
Klassik Radio
sechs+sechzig-Aktionsbühne Halle 8 - inviva