



## ROUTE 1 Gemma pilgern

 ca. 120 Min. *Helmut Holzinger*

**Start: 13:00 Uhr**

Gästезentrum Bad Hall, Eingang

- Am Benediktweg nach Adlwang
- Kirche
- Sportplatz



## ROUTE 2 Gemma laufen

 ca. 60 Min. *Tanja Thanner*

**Start: 14:00 Uhr**

Ortschaft Fröschlpoint

Kreuzung Zeillerbauerstr./Getreidestr.



## ROUTE 3 Gemma hatschn & ratschn

 ca. 60 Min. *Rosi Luger*

**Start: 14:00 Uhr**

St. Blasien, Kirche



## ROUTE 4 Gemma radfahren

 ca. 60 Min. *Gabriele Kröppelbauer*

**Start: 14:00 Uhr**

Kreuzung Terschplatz/HOVA Platz

Für Wadl- u. E-Bike

Kinder nur in Begleitung von Erziehungsberechtigten



## GEMMA spusu Sport-App

downloaden und für die Gemeinde registrieren, damit alle Bewegungsminuten ab dem 1. Tag der 100-tägigen Bewegungs-Challenge aufgezeichnet werden.



## ROUTE 9 Gemma selber

Einladung an alle, die aus den verschiedenen Ortschaften von Adlwang alleine, mit der Familie, mit den Kindern, oder in der Gruppe am Tag der Bewegung teilnehmen und Route und Bewegungsart selber wählen wollen.

## ROUTE 5 Gemma Hallerwald

 ca. 90 Min. *Stefan Heiml*

**Start: 13:30 Uhr**

Bürgerhalle Adlwang



## ROUTE 6 Gemma Familie

 ca. 45 Min. *Daniela Dieltl*

**Start: 14:15 Uhr**

Emsenhub, vor der Jägerstr. 1



## ROUTE 7 Gemma Kinderwagen

 ca. 30 Min. *Katharina Holzinger*

**Start: 14:30 Uhr**

Pfarrwalsiedlung

Baum bei Pfarrwaldstraße 17



## ROUTE 8 Gemma reiten

 ca. 45 Min. *Reiterinnen vom Forsterhof*

**Start: 14:15 Uhr**

Reitstall Forsterhof

 Pfarrhofwiese

