

EXKURSION, FÜHRUNG, ANIMATION, BIEL/BIENNE

SONNTAGS IM PALAIS

KINDERWAGEN GYM mit Louissaint Training (12.00 –14.00)
 Lust auf Bewegung, während ihr bei eurem Baby bleibt?
 Gym Poussette bietet jungen Eltern eine familienfreundliche körperliche Betätigung. Im Freien, im Rhythmus der Kinderwagen, werden geeignete Übungen aneinander-gereiht, um nach der Geburt wieder fit zu werden, ohne sich von seinem Kind zu trennen. Mehr als nur ein Training, es ist ein Moment der Verbundenheit. Man kommt, um sich wieder in Bewegung zu setzen, und bleibt wegen der kollektiven Energie und der Freude am gemeinsamen Tun. Eine wohlwollende Routine zwischen Sport und Eltern-Kind-Zusammengehörigkeit.

Mehr Infos: louissainttraining.com

BASKET 3x3 mit KTC (12.00 –18.00)

Willst du dich austoben?

Mach mit beim 3x3-Basketballfeld, das aufgebaut ist. Das Prinzip ist einfach: zwei Mannschaften – drei Spieler – ein Korb, um ein schnelles Spiel auf einem kleinen Feld zu spielen. Das Ergebnis: Action und Fairplay. Ein spezielles Kindermodul ermöglicht es den Jüngsten, sich in aller Sicherheit mit dem Spiel vertraut zu machen. Ob du nun ein erfahrener Spieler oder einfach nur neugierig bist, komm und probier den Ball aus!

Mehr Infos: ktcbiel.ch

LINE DANCE mit Petra Liedl et Chantal Christe (13.00 –15.00)

Lust auf Tanzen?

Petra Liedl und Chantal Christe zeigen dir ein paar coole Grundschrirte! In nur einer Stunde lernst du, wie man sich in der Gruppe und in Line-Formation zu echten Country-Hits bewegt.

Petra Liedl kommt aus Lyss (BE).

Sie tanzt verschiedene Stile und findet: Tanzen soll Körper, Geist und Seele in Schwung bringen – und vor allem Spaß machen!

Mehr Infos: linedancefun.ch

Chantal Christe kommt aus Courgenay (JU).

Bei ihr gibt's 100?% Country-Feeling – perfekt für alle angehenden Cowgirls und Cowboys! Ganz im Zeichen von Spaß, Gemeinschaft und guter Laune.

Mehr Infos: juracountrydancers.ch

Heeha!

BREAKDANCE mit Shini (15.00 -16.30)

Diese Einführung in Beweglichkeit und Körperkontrolle im Rhythmus ist ganz oldschool – auf Linoleumboden, wie damals, als Hip-Hop in den Vororten entstand.

Der Workshop richtet sich an junge Leute ab 8 Jahren und zeigt dir die Basics des Breakdance: eine Mischung aus Technik, körperlichem Training und Kreativität.

Mehr Infos: capsuleacademy



CONTACT

Kongresshaus Biel / Palais des congrès Bienne
 Zentralstrasse 60 / Rue Centrale 60
 2501 Biel/Bienne

ctsbien-bienne.ch

ÖFFNUNGSZEITEN

10. Aug. 2025
 Sonntag

12:00

