



# MOK MIT - EIN VOLLTREFFER

TSV Goldebek ermöglichte den vier Gemeinden Goldebek, Goldelund, Joldelund und Kolkerheide eine umfangreiche Sportwoche. Frei nach dem Motto „Mok Mit“ nahmen ca. 150 Teilnehmer dieses Angebot an. An 7 Tagen wurden 23 Sportangebote zum Fitbleiben durchgeführt. Die neun engagierten Übungsleiter boten den Sportlern ein umfangreiches Trainingsprogramm: Spinning, Tretrollerfahren, Beer-Pong, Walking-Fußball, Wandern und viele Gymnastik-Angebote. Die Projektteilnehmer versuchten sich in den neuen Sportarten. Zum Abschluss dieser Sportwoche wurde ein Generations Hindernis-Lauf auf dem Gelände gestartet. Jung & Alt durchliefen den Patriotrun-Parkour, den Olli Kutta aufgebaut hatte und allen viel Spaß bereitete. Auch der Beerpongverein Nordfriesland bot am Samstag ein Turnier an. Auf dem Bild sind die beiden Sieger.



## Mok Mit ein Volltreffer

2022



## TSV GOLDEBEK

Der Vorstand

