

Kostenlos & ohne Voranmeldung!

Einfach Kommen und Mitmachen!

Sport im Park

01.06. bis 11.08.2023

*Änderungen sind vorbehalten

Mo	Aiki Doin - Bewegungskunst	08:45 – 09:45Uhr	Swistbachau	Klaus Runte	26.06.-10.07.
	Nordic Walking	17:00 – 18:30Uhr	Treffp. Waldfriedhof	Annette Scholtes	
	Tai Chi	17:30 – 18:30Uhr	Swistbachau	Dietmar Drews	
Di	Nordic Walking	17:30 – 18:45Uhr	Treffpunkt Rathaus	Ruth Sartoris	06.06.- 09.08.
Mi	Fitness-Gymnastik für Alle	17:00 – 18:15Uhr	Swistbachau	Christiane Mühlport	28.06.- 02.08.
	Teakwondo- Körperschulung	18:30 – 19:30Uhr	Swistbachau	Meike und Fenja Wiluda	28.06.- 02.08.
Do	Nordic Walking	15:30 – 16:45Uhr	Treffp. Waldfriedhof	Heidi Wiens / Doris Löber	29.06. - 03.08
	Athletiktraining	18:00 – 19:00Uhr	Swistbachau	Claudia Rudolph / Thomas Huth	
	Mixed Bodyfit	20:00 – 21:00	Swistbachau	Kay Rogge	
Fr	Sportabzeichen	16:00 – 17:30Uhr	Preuschoff-Stadion	Wolfgang Sartoris	16.06.-11.08.
Sa	Dance Fitness	10:00 – 11:00Uhr	Swistbachau	Regina Künster	01.07. - 05.08.

(Mitzubringen sind: Sportkleidung / Matte / Handtuch / Getränke)
Teilnehmer sind während den Stunden über den Stadtsportverband versichert.
Gesundheitliche Einschränkungen müssen vor Beginn der Stunde dem Trainer mitgeteilt werden.