

BEWEGT IM PARK

Der kostenlose Bewegungskurs im Freien

DETAILLIERTES PROGRAMM

15.06.2022

Functional Fitness

mit Bianca

22.06.2022

Full Body Workout

mit Anna

29.06.2022

Körpergewichts-Krafttraining

mit Florian

06.07.2022

Rückenfit

mit Claudia

13.07.2022

Koordination, Motorik/Psychomotorik

mit Moritz & Harald

20.07.2022

Bodyweight Training

mit Lisa

27.07.2022

Full Body Workout

mit Anna

03.08.2022

Zirkel im Park

mit Hans-Jürgen

10.08.2022

Bodyworkout - Ganzkörpertraining

mit Maria

17.08.2022

Körpergewichts-Krafttraining

mit Florian

24.08.2022

Rückenfit

mit Lisa

31.08.2022

Functional Fitness

mit Bianca



Funktionelles Ganzkörpertraining Kraft, Koordination & Motorik für den Alltag

von 15.06. bis 31.08.2022

Mittwoch - 18:30 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt:

Wiese hinter Kantine bei Badeseesee II

Ein vielfältiges Bewegungsprogramm direkt an der frischen Luft für alle Feldkirchner:innen von jung bis alt. Die Kurse sind kostenlos und werden von professionellen Trainer:innen geleitet. Die Teilnahme ist jederzeit und ohne Anmeldung möglich. Für alle Altersgruppen geeignet – egal ob du sportlich bist oder nicht.

Informationen unter 0650/3142142 