

BEWEGT IM PARK

Der kostenlose Bewegungskurs im Freien

DETAILLIERTES PROGRAMM

14.06.2023

Power Fit Körpergewichtstraining

mit Florian

21.06.2023

Functional Fitness

mit Bianca

28.06.2023

Rückenfit

mit Lisa B.

05.07.2023

Motorik & Koordination

mit Moritz & Harald

12.07.2023

Full Body Workout

mit Maria

19.07.2023

Bewegter Rücken

mit Claudia

26.07.2023

Full Body Workout

mit Lisa P.

02.08.2023

Bodyweight Training

mit Anna

09.08.2023

Bodyweight Training

mit Anna

16.08.2023

Full Body Workout

mit Lisa B.

23.08.2023

Power Fit Körpergewichtstraining

mit Florian

30.08.2023

Functional Fitness

mit Bianca



Funktionelles

Ganzkörpertraining

Kraft, Koordination & Motorik
für den Alltag

von 14.06. bis 30.08.2023

Mittwoch - 18:30 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt:

Wiese hinter Kantine bei Badeseesee II

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

Informationen unter 0650/3142142

Biactive