

Kostenlos & ohne Voranmeldung!

Einfach Kommen und Mitmachen!

SPORT im PARK

21.06. - 27.08.21

MO.	Sportabzeichen	18.00-19.30 Uhr	Preuschoff-Stadion	Wolfgang Satoris
	Tai Chi	18.00-19.00 Uhr	Swistbachau	D. Drews
	Bodystyling	18.30-19.30 Uhr	Swistbachau	Dagmar Koch
	Taekwondo	18.00-19.30 Uhr	Werferwiese	F. Hasan
	Aroha	19.00-20.00 Uhr	Swistbachau	B. Walther
DI.	Nordic Walking	17.00-18.15 Uhr	Rathaus	Wolfgang Satoris
	Yoga	17.30-19.00 Uhr	Swistbachau	C. Gallkowski
	Athletiktraining	18.00-19.00 Uhr	Swistbachau	T. Huth
	Zumba®	18.00-19.00 Uhr	Swistbachau	J. Jeßnitz
	Power Workout	19.00-20.00 Uhr	Swistbachau	E. Issoukou
	Nordic Walking	19.00-20.30 Uhr	Parkplatz Waldfriedhof	D. Löber
MI.	Gymnastik f. Senioren	17.00-18.00 Uhr	Swistbachau	Christinane Mühlport
	Wirbelsäulengymnastik	18.00-19.00 Uhr	Swistbachau	Ines Huth
	Taekwondo	18.00-19.00 Uhr	Swistbachau	S. und M. Wiluda
	Energy Dance	19.00-20.00 Uhr	Swistbachau	S. Hühne
	Functional Training	19.30-20.30 Uhr	Swistbachau	Tatjana Jarow
	Mixed Bodyfit	20.00-21.00 Uhr	Swistbachau	

*Änderungen sind vorbehalten

Um das Anmeldeverfahren und die Nachverfolgbarkeit zu vereinfachen, können die Teilnehmer alle Angebote über eine App einsehen und sich schnell und unkompliziert für die Kurse Ihrer Wahl anmelden:
<https://sportimpark-rhein-sieg.web.app/#/flushbarRoute>

Teilnehmer sind während den Stunden über den Stadtsportverband versichert.
Gesundheitliche Einschränkungen müssen vor Beginn der Stunde dem Trainer mitgeteilt werden.

Kostenlos & ohne Voranmeldung!

Einfach Kommen und Mitmachen!



SPORT im PARK

Start: 21.06.21

DO.	Nordic Walking	16.00-17.15 Uhr	Parkplatz Waldfriedhof	H.Wiens
	Nordic Walking	17.00-18.00 Uhr	Rathaus	R. Satoris
	Sport Karate	18.00-20.00 Uhr	Swistbachaue	S. Mehrholz
	Faszientraining	18.30-19.30 Uhr	Swistbachaue	B. Schneider
	Nordic Walking	18.00-19.30 Uhr	Swistbachaue	A. Scholtes
FR.	Taekwondo	18.00-19.30 Uhr	Swistbachaue	S. und M. Wiluda
	Beach Volleyball	18.00-19.30 Uhr	Anlage am Hallenbad	W. Satoris & R.Hoffmann
SA.	Sport Karate	18.00-20.00 Uhr	Swistbachaue	S. Mehrholz

*Änderungen sind vorbehalten

Um das Anmeldeverfahren und die Nachverfolgbarkeit zu vereinfachen, können die Teilnehmer alle Angebote über eine App einsehen und sich schnell und unkompliziert für die Kurse Ihrer Wahl anmelden:
<https://sportimpark-rhein-sieg.web.app/#/flushbarRoute>

(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.