

BEWEGT IM PARK

Der kostenlose Bewegungskurs im Freien

DETAILLIERTES PROGRAMM

- 12.06.2024
Functional Fitness
mit Bianca
- 19.06.2024
Motorik & Koordination
mit Moritz und Harald
- 26.06.2024
Bodyworkout
mit Anna
- 03.07.2024
Full Body Workout
mit Maria
- 10.07.2024
Rückenfit
mit Lisa B.
- 17.07.2024
Gesunder Rücken
mit Claudia
- 24.07.2024
Full Body Workout
mit Lisa P.
- 31.07.2024
Functional Fitness
mit Bianca
- 07.08.2024
Power Fit Körpergewichtstraining
mit Florian
- 14.08.2024
Bodyworkout
mit Anna
- 21.08.2024
Full Body Workout
mit Lisa P.
- 28.08.2024
Functional Fitness
mit Bianca



Funktionelles Ganzkörpertraining Kraft, Koordination & Motorik für den Alltag

von 12.06. bis 28.08.2024

Mittwoch - 18:30 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt:

Wiese hinter Kantine bei Badesee 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*