

BEWEGT IM PARK

Der kostenlose Bewegungskurs im Freien

DETAILLIERTES PROGRAMM

01.07.2020

Functional Fitness

08.07.2020

Koordinationstraining mit
Sensomotorik und Lauf-ABC

15.07.2020

Functional Fitness

22.07.2020

Kraftausdauer für Damen und Herren
Achtung: Standort Motorikpark!

29.07.2020

Bodyworkout Ganzkörperkräftigung

05.08.2020

Bodyworkout Ganzkörperkräftigung

12.08.2020

Jonglier-Workshop für 8- bis 14-Jährige
Achtung: von 17:30-19:00 Uhr
Standort Motorikpark!

19.08.2020

Functional Fitness

26.08.2020

Koordination, Motorik/Psychomotorik
Achtung: Standort Motorikpark!

02.09.2020

Functional Fitness



Funktionelles Ganzkörpertraining Kraft, Koordination & Motorik für den Alltag

von 01.07. bis 02.09.2020

Mittwoch - 18:30 bis 19:30 Uhr

Treffpunkt:

Wiese hinter Kantine bei Badeseesee II

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

Informationen unter 0650/3142142