

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
Full Body Workout
mit Anna
- 27.07.2022
Bodyweight Training
mit Lisa
- 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 *Bioactive*