

FIT IM PARK

WALLANLAGEN



BEWEGUNGSTREFF IM PARK MACH MIT!

ab 10. Mai, jeden Mittwoch,
15.00-16.00 Uhr



PARKSPORTINSEL



WAS

Bewegungstreff mit leichten Übungen für Ausdauer, Balance, Kräftigung und Entspannung. Alle Teilnehmenden erhalten einen Beutel mit Trainingsmaterial.

WER

Für alle, die Freude an Bewegung und Begegnung haben und ganz gut „zu Fuß“ sind. Vorerfahrungen oder besondere Fitness sind nicht erforderlich.

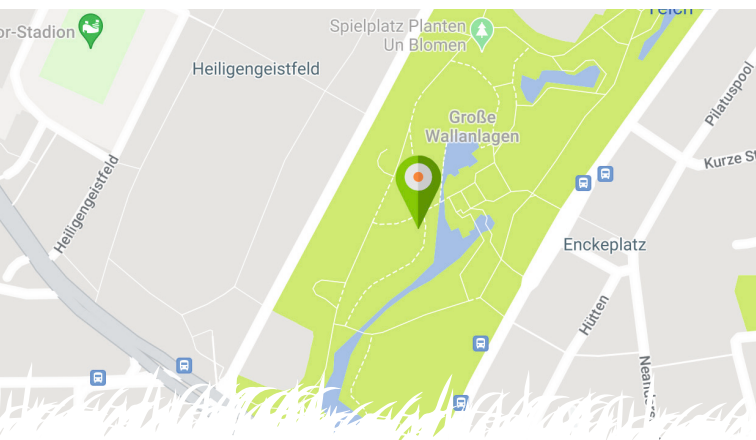
WO

Treffpunkt: Westlich nahe Teehaus Große Wallanlagen

Kostenfrei

Ohne Anmeldung

Komm einfach in bequemer Kleidung vorbei.



Das Programm wird gefördert von:



PARKSPORTINSEL
www.PARKSPORTINSEL.de

