

Sport im Park

-(fast) kostenlose OUTDOOR Angebote für alle-

Einfach hingehen und mitmachen!



Quelle: Internet



Sport im Park ermöglicht (fast) **kostenlose** OUTDOOR Bewegungsangebote für alle. Egal ob Vereinsmitglied oder nicht. Hier darf jeder mitschwitzen und Spaß haben...

BODYSTYLES

(kostenloses Ganzkörpertraining)

Montags, 18 Uhr:

18. Juli / 25. Juli / 01. August / 08. August

Mittwochs, 18 Uhr:

29. Juni / 06. Juli / 13. Juli / 20. Juli / 27. Juli / 03. August / 10. August

AQUA-GYM - Wassergymnastik

(gelenkschonendes Training im Dingdener Freibad // 2 € p. P.)

Donnerstags, 19 Uhr:

30. Juni / 07. Juli / 14. Juli / 21. Juli / 28. Juli / 04. August / 11. August

JUMPING FITNESS

Anmeldungen bei Silke unter 0176 81427242

(kostenloses Ausdauertraining auf dem Trampolin)

Montags, 19.00 Uhr:

18. Juli / 25. Juli / 01. August / 08. August

Hula dich fit

(kostenlose Kräftigung & Ausdauer mit dem Hula hoop)

Dienstags, 17.30 Uhr:

19. Juli / 26. Juli / 02. August / 09. August



Einfach hingehen und mitmachen!

Ein Förderprogramm mit Unterstützung des LSB und der AOK



SV Blau-Weiß Dingden – Höingsweg 3 – 46499 Dingden – kurse@bw-dingden.de – 0173/4737661 Petra Lage
Bitte ein Handtuch, wetterentsprechende Bekleidung und ein Getränk mitbringen!