

Kostenlos & ohne Voranmeldung!

Einfach Kommen und Mitmachen!

Sport im Park

29. Juni-28. August

MO.	Bodystyling	18.30-19.30 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Dagmar Koch
DI.	Nordic Walking	17.30-18.30 Uhr (Treffp.: Rathaus Meckenheim)	Wolfgang Satoris
MI.	Sportabzeichen	12.00-13.00 Uhr (Treffp.: Preuschoff-Stadion)	Wolfgang Satoris
	Gymnastik	17.30-18.30 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Christiane Mühlport
Ab 22.07	Wirbelsäulengymnastik	19.00-20.00 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Ines Huth
DO.	Nordic Walking	17.30-18.30 Uhr (Treffp.: Rathaus Meckenheim)	Wolfgang Satoris
	Faszientraining	18.30-19.30 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Birgit Schneider
FR.	Taekwondo	18.00-19.30 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Meike & Fenja Wiluda
SA.	Modernes Karate	15.00-17.00 Uhr (Treffp.: Swistbachaue)	Stephan Mehrholz & Paul Kohlstrung

(Mitzubringen sind: Sportkleidung / Matte / Handtuch / Getränke)

Teilnehmer sind während den Stunden über den Stadtsportverband versichert.
Gesundheitliche Einschränkungen müssen vor Beginn der Stunde dem Trainer mitgeteilt werden.