



# Sport im Park – Sport- und Bewegungsangebote im Freien

**Achim Haase**

*sport*infra, Frankfurt, 16.11.2016

SPORT BEWEGT NRW!



# PARKSPORT



Ein Projekt der internationalen  
in Kooperation mit Partnern in  
Dokumentation

10  
Remscheid General-Anzeiger Remscheid vom 02.03.2016  
Seite: 23  
Ausgabe: Haptaggabe  
Galtung: Freitag  
Auflage: 11000  
Vertrieb: 10000

## Sport im Park: Stadt Düsseldorf

Regelmäßig wird von April bis Oktober ein kostenloses  
stattfinden.  
Düsseldorf 2016 Teilnehmer insgesamt  
bei 14 Trainingsstunden: Das ist nicht  
gerade eine bombige Resonanz (im  
Schritt kamen 21 mal). Dennoch wurde  
das Pilotprojekt „Sport im Park“ vom  
wegewonnen Herbst jetzt im Sportaus-  
schuss in aller Breite vorgestellt und  
von Professor Harald Michels von der  
Hochschule Düsseldorf ausgewertet.  
Und er bekam eine gute Note, die  
befragten Teilnehmer der kostenlosen  
Fitness-Trainings im Stadtpark  
Flügel schlugen sich sehr zu  
dem Programm und Training.  
Deshalb möchte die Stadt das  
Pilotprojekt „Sport im Park“ vom  
nächsten April bis Oktober in  
den Parkflächen im Nord-, Ost-,  
Süd- und Westpark, im Volkpark  
befragten Teilnehmer der kostenlosen



Im September startete das Training im Stadtparkpark. Architekt: J.

Wochentag: 166  
Umsatzsteigerungsbeitrag: © 2012 Remscheid General-Anzeiger

© 2014 DöSB Düsseldorf

Bewegung und Spaß an der frischen Luft  
im Göppinger Stadthallenpark und im  
Oberhofenpark, kostenlos und unverbindlich  
- das ist

## SPORT im PARK

Auf dem Programm stehen Aerobic, Body  
Fit, Body-Forming, Ballspiele Jugend, Funk-  
tionsgymnastik, Nordic Walking, Rücken Fit,  
Tai Chi, Wirbelsäulen-Gymnastik, Yoga und  
Zumba.

Die Teilnehmer/innen werden von er-  
fahrenen Übungsleitern begleitet. Die  
einstündigen Übungseinheiten kräftigen  
und aktivieren das Herz-Kreislaufsystem,  
trainieren Beweglichkeit und Koordination,  
fördern die Gemeinschaft und machen vor  
allem viel Spaß.

Der Stadtverband Sport Göppingene.V. bietet  
in Kooperation mit der Stadt Göppingen,  
dem Sportkreis Göppingen und Göppinger  
Sportvereinen dieses abwechslungsreiche  
Mitmachprogramm an.



Dülmener Zeitung vom 22.11.2014

17

## Dülmener Zeitung

Seite: 23  
Ausgabe: 2.259 gedruckte 7.989 elektronische  
Galtung: Tageszeitung  
Vertrieb: 033 (0.110)

## Neues Projekt Park-Sport

SGZ-Lektorin Hüllemann im Interview

Dülmen. Amneth Hüllemann war von  
Anfang an dabei, als im Jahr 1987 das  
Sport- und Gesundheitszentrum (SGZ)  
in Dülmen entstanden ist. Seitdem ist sie  
die Leiterin und steht mit ihrem Team  
immer wieder neue Projekte oder Pro-  
gramme auf die Beine. In der kommen-  
den Woche erscheint das neue Pro-  
gramm „DZ-Mitarbeiter Marie-  
rith war ich überrascht, wie vielfältig das  
Angebot ist. Wir haben sonst hauptsäch-  
lich etwas für Erwachsene - in diesem  
Jahr lag der Fokus auf Kinder und die  
Jugendliche. Wir bieten immer, also alle  
zwei Jahre, ein neues Überthema an.  
Dieses Jahr waren alle Ortschaften vertre-  
ten und ich hoffe, dass die Veranstal-  
tungen so nachbarlich war, dass sich die  
Merkmal bei  
n. Sie das  
fortge-  
ressierten  
es Ände-  
sie an den  
das erste  
wechsell  
unseren La  
an Freizeit  
gibt haben  
ein neues  
über den  
Ort auch  
in anderen  
Durchlag  
ohne Gang  
Kooperat  
Hilfen. Was  
Arbeit beim  
Hüllemann  
auch ein  
ück-Sport-  
das unmit  
ng nutzen  
ich, schon  
sind. Das  
stücken.

Ab dem kommenden Jahr bieten wir  
auch eine Wanderung mit Hund an. Derzeit  
habe ich fünf eigene Gruppen, die  
ich leite und ich begleite zudem die  
Radwandertouren, Infoveranstaltungen  
und Fortbildungen sowie die Aktivitäten,  
die ich total spannend finde.

Wenn Sie sich Tag für Tag mit den  
Themen Sport und Gesundheit aus-  
einander setzen - inwiefern beeinflusst  
dies auch Ihre Freizeit?

Hüllemann: Ich habe den Sport mit  
berlinale verknüpft. Dabei versuche  
ich, mich gesund zu ernähren und zu  
bewegen. Ausglick ist wichtig, sodass  
man von allem etwas hat. Mit meinem  
Wissen zum Thema Gesundheit weiß  
ich auch immer mehr regionale und  
regionale Ernährung zu schützen. Durch  
unseren Labrador geht bei mir einiges  
an Freizeit weg. Am Wochenende  
machen mein Partner und ich zudem  
längere Spaziergänge. Ich versuche, vor  
über den Ort auch alles mit dem Fahrrad zu  
machen - obwohl ich ein Hollandrad  
ohne Gangschaltung habe (lacht).

Was ist für Sie das Besondere an der  
Arbeit beim SGZ?

Hüllemann: Dass es mich immer  
noch fasziniert und Spaß macht. Ich  
habe ein Super-Team und einen Vor-  
stand, der immer hinter uns steht.  
Dabei gibt es viele Teilhaber, die wie  
er. Ich, schon von Anfang an mit dabei  
sind. Das finde ich schön.

### TRAINING IM PARK

zuletzt aktualisiert vor 3 Jahren

## Schuppen & Co: Körper rüsten - Bewegung für jeden unter freiem Himmel



Osnabrück. Samstagmittag, Treffpunkt der Park am Willy-  
Brandt-Platz neben dem Arbeitsamt. Vor nicht allzu langer  
Zeit war er noch Heimat von Alkoholikern, Junkies und  
Kleindealern. Inzwischen hat er seine urbane  
Bestimmung zurückerhalten. Seit einigen Wochen nutzen  
auch Oliver Schuppen, Julia Matus und Dirk Witte die  
Grünfläche.

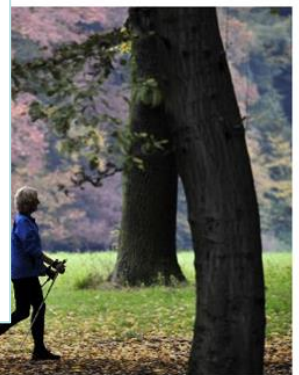
**Bramscher**  
**Frühlingserwachen plus**  
Sonntag, 6. März  
Verkaufsoffener Sonntag  
(13-18 Uhr)  
Mehr Infos hier!

Alle drei sind ausgebildete Physiotherapeuten und  
Sportwissenschaftler mit individuellen Schwerpunkten  
- und einer gemeinsamen Idee: „Ein gesundheitsorientiertes, funktionelles Training, in dem das  
soziale Miteinander und der Spaß an der Bewegung genau so wichtig sind wie die korrekt  
ausgeführte Übung“, erklärt Matus.

Und sie spricht weiter, diesmal für alle, die zum „Training im Park“ gekommen sind. Es sind 25  
Sportler ganz unterschiedlicher Herkunft und Fitness. Fußballprofs wie Hausfrauen lauschen ihren  
Ausführungen. Es fallen Begriffe wie „Dips“, „Burpees“ oder „Squats“, die sich harmlos anhören, im  
Training aber ihre volle Wucht entfalten. Und das überwiegend mit Kleingeräten wie den  
kanonenkugelförmigen „Kettbellis“, „wilden Seilen“ oder „bloß“ dem eigenen Körpergewicht.

„Durch angepasste Variationen der Übungen, wird niemand über- oder unterfordert. Wir wollen mit  
unserem Training spürbar machen, dass es nicht darum geht, einzelne Muskeln an großen,  
sperrigen und geführten Geräten zu kräftigen, sondern dass fundamentale und alltagsnahe  
Bewegungsmuster trainiert werden, um den Körper so für jede Lebenssituation zu rüsten“,  
ergänzen Schuppen und Witte.

## en Park



Nordic Walking kommt der Stoffwechsel in Gang, Herz und Kreislauf werden angeregt.  
dapt

byball, Pilates oder Nordic Walking: In einer neuen AZ-Serie stellen wir  
punkte aus dem Freiluft-Sportprogramm der Stadt München vor – und  
der Hallensport kommt nicht zu kurz.

Sommer kommt mit großen Schritten. Und so rollt auch wieder eine große  
von Freizeitsportlern durch die Stadt. Die Wiesen grünen, die Blumen  
und das Thermometer steigt langsam aber sicher immer öfter über die 30-  
Marke. Da kann man nicht länger zuhause rumsitzen und die Beine  
legen. Da werden die Sportschuhe und diverse sportliche Gerätschaften wie  
ee, Fußball oder Inlineskates aus dem Keller geholt, entstaubt und zum  
stz gebracht. Viele Münchner sind sportlich interessiert und aktiv. München  
he Sportstadt – und sorgt dafür, dass nicht nur ambitionierten  
eilsportlern während der Freiluftzeit einiges geboten wird.



Mülheim macht Sport

# „Sport im Park“

Mülheim an der Ruhr

# Sportentwicklung

- \* Gemeinsame Sportentwicklung Mülheimer Sportbund und Mülheimer SportService
  - Pakt für den Sport
  - Kooperationsvertrag
- \* Sportbefragung Uni Wuppertal im Jahr 2014
  - Ca. 77 % der 10-80-Jährigen sind sport – und bewegungsaktiv (Zunahme seit 2002)
  - 65,1 % privat organisiert!
  - Zunahme der Bedeutung der Individualsportarten und des Bereiches Outdoorsport



# Infos

- \* 3 Monate im Sommer
- \* tägliche Bewegungsangebote
- \* 205 Angebotseinheiten insgesamt
- \* mehr als 30 Übungsleiter aktiv
- \* 16 beteiligte Vereine
- \* rund 2600 Teilnehmer insgesamt

**ANGEBOTE**

- BOOT CAMP**  
22. Juni – 14. September, sonntags 18 – 19 Uhr  
Mittelschule bis Fortgeschrittene  
Treffpunkt: Müga vor dem Ringlokschuppen  
Sportliche, handlich und ausreichend Wasser mitbringen  
Im Bootcamp geht es um Power, Schwitzen und Ergebnisse. Mit hoch intensiven Einheiten wird das Fitness-Level nach oben gejagt. Hier werden Kondition, Ausdauer und Willenskraft benötigt und an alle Grenzen gebracht. Das perfekte Allround Training lässt das Fett verbrennen und die Muskeln spielen!  
Ansprechpartner:  
Australian Football Coach | Danny Perkins und Sarah Buse
- BOOT CAMP FIGHTING FIT**  
3. Juni – 9. September, dienstags 19 – 20 Uhr  
Mittelschule bis Fortgeschrittene  
Treffpunkt: Witthausbusch, am Tiergehege  
Dieser Kurs bietet eine Mischung aus Kickbox, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Krafttraining.  
Ansprechpartner:  
TSV Viktoria | Jürgen Leusch
- CROSS-BOCCIA**  
3. Juni – 9. September, dienstags 18 – 19 Uhr  
Anfänger (Kinder & Jugendliche)  
Treffpunkt: Müga, Wiese vor dem Schloss Broich  
Jeder kennt es! Boccia, Boule – ein beliebtes Spiel, bei dem es um Präzision und Geschicklichkeit geht. Cross-Boccia kann überall gespielt werden. Hier stehen Kreativität und Spaß im Vordergrund.  
Ansprechpartner:  
TSV Viktoria | Paul Koldziej
- KANU/KAJAK**  
4. Juni – 10. September, mittwochs 17.30 – 19.30 Uhr  
Anfänger bis Fortgeschrittene (Jugendliche ab 15 Jahren & Erwachsene, Schwimmschwimmfähigkeit erforderlich)  
Treffpunkt: Bootshaus Kanu-Gilde, Mendener Straße 6a, Mülheim an der Ruhr  
Kanusport für Neueinsteiger. Vermittlung von Kenntnissen im Fahren mit Kajaks und Canadiern. Dabei werden Kraft, Ausdauer, Koordination und das Gleichgewichtsgedächtnis trainiert.  
Ansprechpartner:  
Kanu-Gilde Mülheim e.V. | Stefanie Kufferath

**SPORT IM PARK MÜLHEIM AN DER RUHR**

**SPORTANGEBOTE VON JUNI BIS SEPTEMBER**  
Kostenlos und ohne Anmeldung

**MSB MÜLHEIMER SPORTMÜLHEIM**  
**ASS MÜLHEIMER ASSOCIATION**

[www.sport-im-park.info](http://www.sport-im-park.info)

- SCHWIMMEN**  
Kurs 1: 5. Juni – 24. Juli  
Kurs 2: 14. August – 11. September, donnerstags 20 – 21 Uhr  
Treffpunkt: Südbad  
swimmen als Breitensportangebot – Schwimmen ist eine sehr aktive Sportart, um nahezu alle Hauptmuskulgruppen des ges zu trainieren. Schwimmen kann auch als Ausdauersport genutzt werden.  
Ansprechpartner:  
Lassensportfreunde 1912 e.V. | Wolfgang Kawahl
- SELBSTVERTEIDIGUNG**  
2. August – 12. September, freitags 17 – 18.30 Uhr  
Treffpunkt: Wittkampbusch, Spielplatz am Altenheim  
Erlernen von Selbstverteidigungstechniken, die nicht auf Körperkraft beruhen und somit auch speziell für Frauen geeignet sind. Dazu wird das Erkennen und Vermeiden bedrohlicher Situationen wie das Entwickeln geeigneter Handlungsstrategien trainiert.  
Ansprechpartner:  
Bushido Mülheim e.V. | Nicole Frieze
- SLASHPIPE**  
Slashpipe ist ein weltweit neues Fitnessgerät exklusiv beim Sport-Bildungswerk und trainiert Figur und Body mit Top-Ergebnissen.  
2. Juli – 6. August, mittwochs 16.30 – 17 Uhr oder 17 – 17.30 Uhr  
Anfänger (Jugendliche, Erwachsene & Senioren)  
Treffpunkt: Müga, vor dem Ringlokschuppen  
Geräte zum Ausprobieren und Mitmachen vorhanden (so lange der Vorrat reicht).  
Ansprechpartner:  
Bildungswerk beim MSB | Anja Lehmer
- 11. Juli – 8. August, freitags 16.30 – 17 Uhr oder 17 – 17.30 Uhr  
Anfänger (Jugendliche, Erwachsene & Senioren)  
Treffpunkt: Witthausbusch, am Spielplatz  
Geräte zum Ausprobieren und Mitmachen vorhanden (so lange der Vorrat reicht).  
Ansprechpartner:  
Bildungswerk beim MSB | Kristina Seifert

# Infos



- MüGa (Stadtmitte)
- Wittkampbusch (Dümpften)
- Witthausbusch (Stadtmitte)
- Bootshaus Kanu-Gilde (Menden)
- Harbecke-Sporthalle (Saarn)
- Raffelbergpark (Speldorf)
- Wasserbahnhof (Stadtmitte)
- Südbad (Stadtmitte)
- Park „an der Kluse“ (Stadtmitte)
- Haus des Sports (Stadtmitte)
- Synagogenplatz (Stadtmitte)



# Sportarten





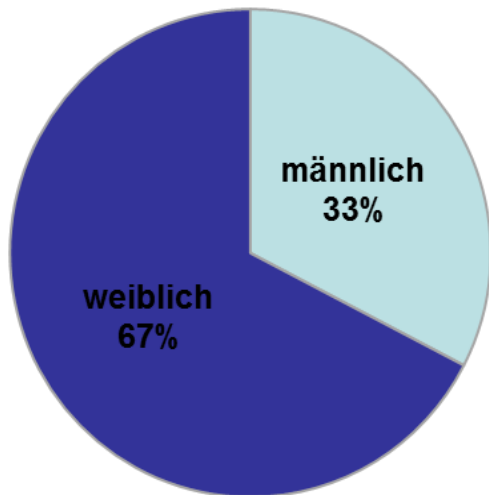
# Sportarten



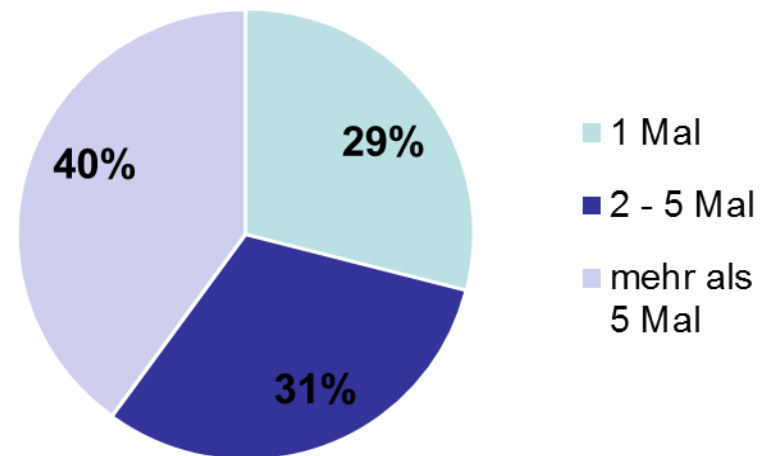


# Zahlen

## Geschlecht der Teilnehmer

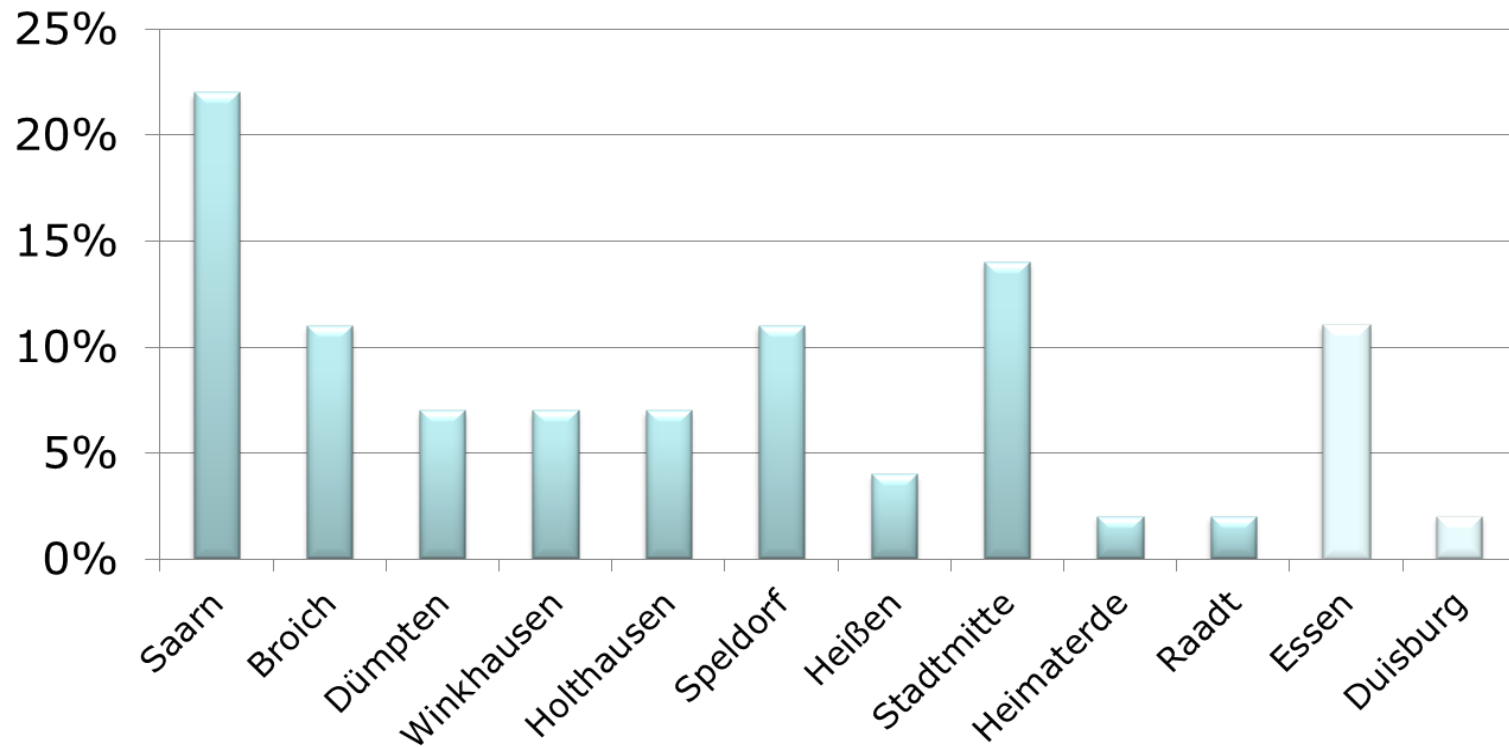


## Häufigkeit der Teilnahme



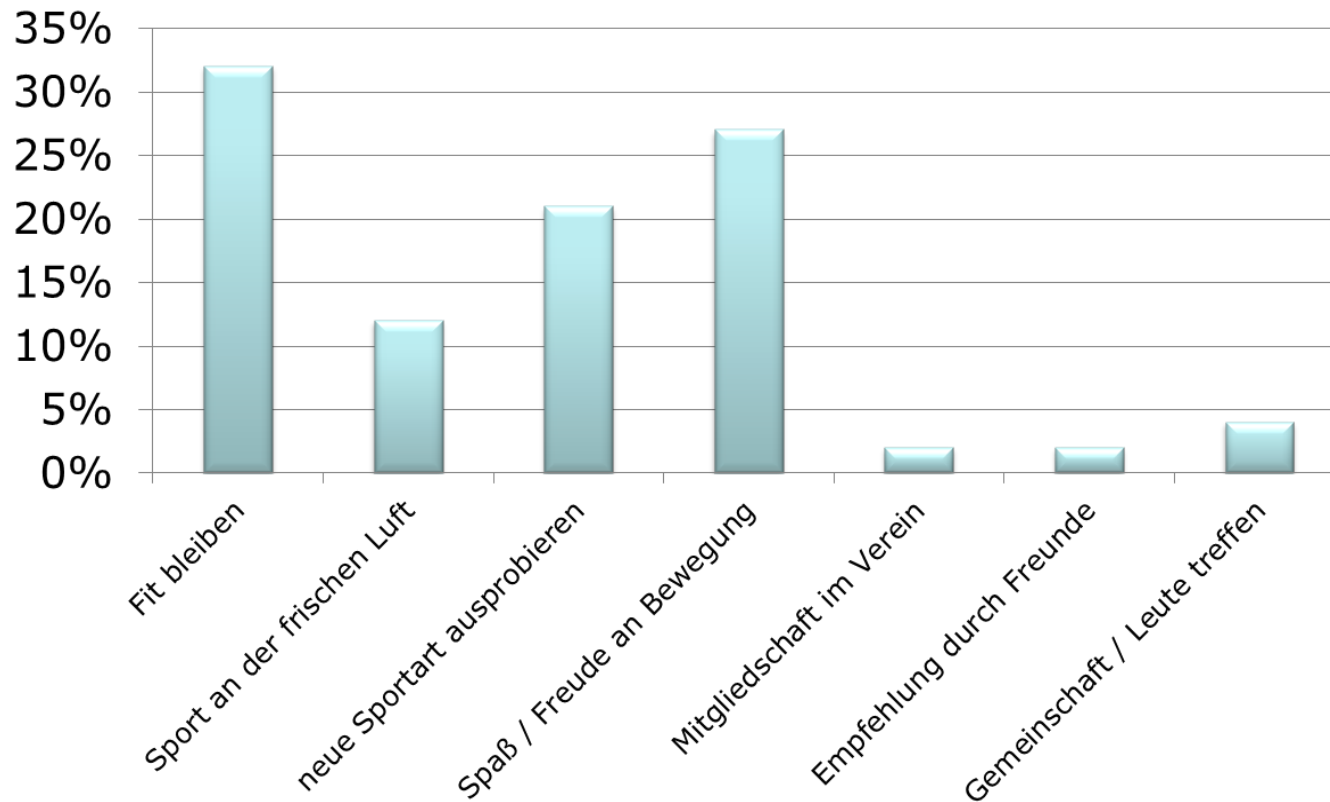
# Zahlen

## Teilnehmer aus verschiedenen Stadtteilen



# Zahlen

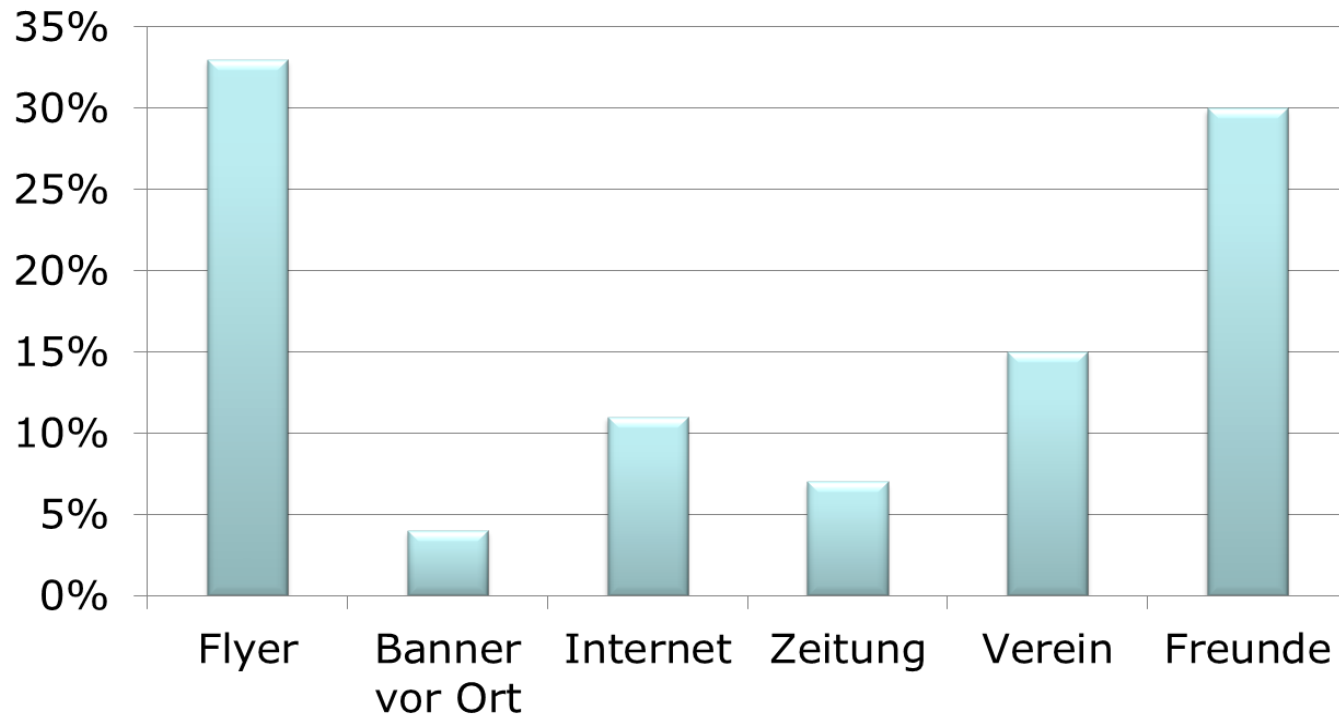
## Motive der Teilnahme





# Zahlen

## Werbung



# Die Menschen draußen spontan in Bewegung bringen

Die Sommerreihe „Sport im Park“ lockt fast täglich mit kostenlosen Angeboten für alle Altersgruppen. American Football ist ebenso dabei wie Aquafitness, Yoga oder Parkour. Andere Städte interessieren sich schon für das Mülheimer Modell.

...ette Lehmann  
... kann den Puls  
... Herzen  
... Mit-

## Mülheim erweitert Sportangebote im Park

... im nächsten Monaten sind über 300 Sportveranstaltungen im Mülheimer Sportpark möglich. 20 Mülheimer Vereine bringen sich ein, um im Leben gesunde Menschen zu fördern. In der Natur zu bewegen und Kontakte zu knüpfen ist ein Ziel. Insgesamt 23 Angebote gemacht – das mehr als 30 Sportarten zusammen, für die mehr als 30 Mannschaften im Mülheimer Sportpark aktiv werden. Die diesjährige Sommerreihe „Sport im Park“ ist ein Erfolg. Dabei laufen die Angebote bis Ende September durch.



Mittwochabend beim Pilates: Männer und Frauen, Menschen aus mehreren Generationen trafen sich auf der großen Wiese in der Milga. Das Freiluft-Angebot lockte teilweise 40 bis 45 Teilnehmer an die Luft.

sagen, meint Johannes Michels, aber letztlich auch nicht entscheidend. „Es gibt viele andere positive Effekte, etwa den, dass die Vereine mit ihren Angeboten endlich einmal sichtbar werden.“

Um die zusätzlichen Trainingseinheiten in den Sommermonaten durchführen zu können, werden die Kosten für die Übungsleiterstunden übernommen. Im Etat läuft die Reihe unter dem Posten „Sportentwicklungsplanung“. Nach Auskunft von Anne Weber, Geschäftsführerin des MSB, habe man als Budget für das Projekt in diesem Jahr insgesamt rund 10 000 Euro eingeplant.

Noch ist die aktuelle Veranstaltungsreihe nicht ganz vorbei, schon laufen die Planungen für 2016. „Sport im Park“ soll dann auf jeden Fall erneut stattfinden, Sponsoren werden gerade gesucht, die sich künftig auf T-Shirts oder in Form von Bannerwerbung präsentieren möchten. Erfreut berichtet Johannes Michels von Anfragen aus anderen Städten, die sich für das Projekt interessieren. „Wir möchten das Mülheimer Modell gerne weitertragen in die Umgebung.“

### Diesjährige Reihe endet am Wochenende

- Seit 15. Juni und noch bis zum kommenden Wochenende läuft die diesjährige Sommerreihe „Sport im Park“.
- Zum Abschluss gibt es am Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).



Sonntagvormittag beim Parkour: Junge Leute eroberten auf spezielle, körperbetonte Weise den Synagogenplatz in der City.

## MÜLHEIM

# Mannschaftssport für Jedermann

Bei „Sport im Park“ ist mittwochs American Football angesagt. Die Teilnehmer lernen nicht nur den Umgang mit dem Leder-Ei, sondern auch Teamgeist.

Von Christoph Huebner

Auf der regnerischen Wiese knien alle Teilnehmer in Kreis um einen Trainer. In der Mitte werden zum Hüftmaß gemessen. „Laut entsetzt der Schlichter“, behauptet der Trainer. „Wir gehen heute mit dem Hüftmaß.“

Bevor die Arbeit am Ball beginnt, schon Aufwärmübungen auf dem Rasen. In kleinen Schritten wird der Umgang mit dem Leder-Ei gelehrt. „Das ist ein bisschen wie das Fußballspielen“, erklärt der Trainer. „Aber hier geht es um das Team.“

Der „Jackie Stumm“ ist ein Gegner derer, die es in vielen Laufübungen erlernen wollen. „Das ist ein bisschen wie das Fußballspielen“, erklärt der Trainer. „Aber hier geht es um das Team.“

Trainingsspiele hat es in sich. Zum Ende des Trainingsprogramm folgt ein Spiel. Die Teilnehmer sind in zwei Mannschaften aufgeteilt. „Das ist ein bisschen wie das Fußballspielen“, erklärt der Trainer. „Aber hier geht es um das Team.“

Die Teilnehmer sind in zwei Mannschaften aufgeteilt. „Das ist ein bisschen wie das Fußballspielen“, erklärt der Trainer. „Aber hier geht es um das Team.“

Die Teilnehmer sind in zwei Mannschaften aufgeteilt. „Das ist ein bisschen wie das Fußballspielen“, erklärt der Trainer. „Aber hier geht es um das Team.“



Dienstagabend beim Klettern: Vor allem Kinder sind in der Harbecke-Sporthalle.

- ### Weitere Angebote von „Sport im Park“
- **Freizeitsport:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
  - **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
  - **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).

- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).

- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).
- **Freizeitaktivitäten:** Der nächste Sonntag, 13. September, wahlweise Hatha-Yoga auf der großen Wiese vor Schloss Broich in der Milga (10 bis 11 Uhr, Matte bitte mitbringen) oder Parkour auf dem Synagogenplatz in der Innenstadt (11 bis 13 Uhr).





# Sport im Park

**02.05. – 16.09.2016**  
Mo. – Fr. 18.30 – 19.30 Uhr

**» Bonn | Hofgarten  
am Akademischen Kunstmuseum**

18.30 – 19.30 Uhr  
Hochschulsport Uni Bonn / Healthy Campus

Mo. Pilates *Matte mitbringen*  
Di. Zumba  
Mi. Latino Mix  
Do. Lishi – Tai Chi, Qi Gong,  
Daoistisches Yoga  
Fr. Original Bootcamp

**» Beuel | Rheinaustr./Ecke  
Ernst-Moritz-Arndt-Str.**

18.30 – 19.30 Uhr  
Schwimm- und Sportfreunde Bonn

Mo. Fit in die Woche mit Yoga  
*Matte mitbringen*

Di. Fitness-Workout  
*Matte mitbringen, outdoorgerechte Kleidung*  
Mi. Outdoor-Fitness  
*Matte mitbringen*  
Do. Fit ohne Geräte *Matte mitbringen*  
Fr. Zumba

**» Duisdorf | Rochusplatz**

18.30 – 19.30 Uhr  
Turn- und Kraftsportverein Duisdorf

Mo. Fit in die Woche  
*Matte/Handtuch mitbringen*  
Di. Aerobic und mehr  
Mi. Body Aktiv  
*Matte/Handtuch mitbringen*  
Do. Zumba und mehr  
Fr. Entspannt ins Wochenende  
(17.30 – 18.30 Uhr)  
*Matte/Handtuch mitbringen*

**» Bad Godesberg | Kurfürstenpark  
Am Kurpark / Ecke Koblenzer Str.**

18.30 – 19.30 Uhr  
Godesberger Turnverein

Mo. Nordic Walking rund um den  
Kurfürstenpark  
*Stöcke mitbringen (wenn vorhanden)*  
Di. Fitnessgymnastik – Wohlfühlgymnastik  
*Matte/Handtuch mitbringen*  
Mi. Outdoor FitCamp  
*Matte/Handtuch mitbringen*  
Do. Zumba meets Energy Dance  
Fr. Entspannt ins Wochenende  
*Matte/Handtuch mitbringen*

**» Römerbad | Eduard-Spölgel-Str.  
(Zusatzangebot)**

10.00 – 11.00 Uhr  
Schwimm- und Sportfreunde Bonn  
Fr. Yoga  
*Badeintritt!*

**» Hardtbergbad | In der Dehlen  
(Zusatzangebot)**

10.00 – 11.00 Uhr  
Turn- und Kraftsportverein Duisdorf  
Do. Aquafit (im Tiefwasser)  
*Badeintritt!*









LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



20 Wochen. 425 Kursangebote, ca. 20.000 Teilnehmer, endlose verbrannte Kalorien, noch viele Liter Schweiß und unendlich viel Spaß.

Das war Sport im Park in Bonn 2016!

# Sport im Park

Wir sagen Danke und freuen uns auf „Sport im Park“ 2017!

02.05. – 16.09.2016  
Mo. – Fr.: 18.30 – 19.30 Uhr

Kostenlos und ohne Voranmeldung!

Einfach Kommen und Mitmachen!

Für Alle!



# Förderprojekt „Sport im Park“

- Finanzrahmen: EUR 16.000,- für 2016 (2017)  
8 x 2.000,-
- Fördernehmer: 4 x SSB; 4 x SSV/GSV (über KSB)
- Förderzweck: Vorbereitung/Durchführung einer Aktion „Sport im Park“ in Kooperation mit der kommunalen Verwaltung und Sportvereinen
- förderfähig: Sitzungen (Planung, Vorbereitung etc.)  
Druckkosten (Programm, Flyer, Plakate etc.)  
ÜL-Honorare f. teilnehmende Vereine
- nicht förderfähig: investive Maßnahmen, Geräte,  
Personalkosten Bund





# Förderprojekt „Sport im Park“

## Wie geht´s weiter?

- Interessenten erhalten auf Nachfrage einen Antrag auf Gewährung von Fördermitteln
- Intensiv-Workshop „Sport im Park“ im April 2016

## Ansprechpartner:

Achim Haase

Stab Politik und Grundsatzfragen

Tel.: 0203 7381-837

[achim.haase@lsb-nrw.de](mailto:achim.haase@lsb-nrw.de)



**Vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit**

SPORT BEWEGT NRW!