

# Sport

IM PARK > 15. Juni – 31. August 2026

Kostenlos, unverbindlich & draußen

## SAMSTAG

9:00 – 10:00 Uhr

### Fit-Mix

Südpark, Freizeitgelände

09:30 – 10:30 Uhr

### Functional Training

Kleinfeld, BSA Hoisten

10:00 – 11:00 Uhr

### Fitnessboxen

Jahnstadion, Tartanplatz

11:00 – 12:00 Uhr

### Tanz-Workout

Jahnstadion, Tartanplatz

14:00 – 15:30 Uhr

### Tai Chi

Nordpark

## MONTAG

10:00 – 11:00 Uhr

### Yoga

Südpark, Freizeitgelände

18:30 – 19:30 Uhr

### XCO®-Walking

Jahnstadion

## DIENSTAG

10:00 – 11:00 Uhr

### Allgemeiner Gesundheitssport

Südpark, Freizeitgelände

17:00 – 18:00 Uhr

### Pilates

Stadtgarten, Höhe Parkstr.

18:00 – 19:00 Uhr

### Brainwalking\*

BSA Weckhoven, Parkplatz

\* außer 21. & 28.07.2026

## MITTWOCH

17:30 – 18:30 &  
18:30 – 19:30 Uhr

### Kanu\*

Sandhofsee

\* Veranstalter: Neusser Kanu-Club e.V.

18:00 – 19:00 Uhr

### Zumba®

Stadtgarten, Am Eierdieb

## DONNERSTAG

9:30 – 11:00 Uhr

### Qi-Gong

Nordpark

16:00 – 17:00 Uhr

### Modern Line Dance

Ludwig-Wolker-Anlage

## FREITAG

18:00 – 19:00 Uhr

### Yoga

Stadtgarten, Höhe Parkstr.

18:00 – 19:00 Uhr

### Fit fürs Laufen\*

Lessingplatz, Norf

\* Kursbeginn 26.06.2026

Auch in den Ferien und an Feiertagen!

Foto: © Alextype – Adobe Stock



Sport im Park ist ein Sportangebot der Stadt Neuss mit Unterstützung des Landessportbundes NRW und der AOK Rheinland/Hamburg. Ausführliche Infos sowie aktuelle Hinweise finden Sie unter [neuss.de/sport-im-park](https://neuss.de/sport-im-park) und [facebook.com/sportimparkneuss](https://facebook.com/sportimparkneuss)



LANDESSPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN

