

Sport

Kostenlos, unverbindlich & draußen

IM PARK > 1. Juni – 31. August 2023

Montag

10.00 – 11.00 Uhr

Yoga

Südpark, Freizeitgelände

10.00 – 11.00 Uhr

Fit werden und bleiben

Nordpark

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

Allgemeines Fitnessstraining

Teletubbie-Spielplatz,
Max-Ernst-Straße,
Allerheiligen

Mittwoch

18.00 – 19.00 Uhr

Zumba®

Stadtgarten, Am Eierdieb

17.30 – 18.30 &
18.30 – 19.30 Uhr

Stand-Up- Paddling*

Sandhofsee

17.30 – 18.30 &
18.30 – 19.30 Uhr

Kanu (Kajak & Kanadier)*

Sandhofsee

Donnerstag

9.30 – 11.00 Uhr

Qi-Gong

Nordpark

Freitag

18.00 – 19.00 Uhr

Yoga

Stadtgarten, Höhe Parkstr.

Samstag

9.00 – 10.00 Uhr

Fit-Mix

Südpark

9.30 – 10.30 Uhr

Functional Training

Matthias-Ehl-
Sportanlage, Hoisten

16.00 – 17.30 Uhr

Tai Chi

Nordpark

Sonntag

11.30 – 12.30 Uhr

Rücken-Fit

Südpark, Freizeitgelände

WEITERE INFOS: www.neuss.de/sport-im-park
sowie www.facebook.com/sportimparkneuss

Sport im Park findet auch an
Feiertagen sowie in den Ferien statt!