



Sport im Park

26.06.– 04.08.2023
TSV Bösingfeld

Im Rahmen des Projektes „Sport im Park“ bietet der TSV Bösingfeld **ohne Anmeldung und kostenlos** Sportangebote im Freien unter Führung qualifizierter Übungsleiter*innen für Jung und Alt an. Das Angebot umfasst Sporteinheiten mit einfachen Bewegungsabläufen um Sie fit zu halten.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
19:00 Uhr Power Workout (Multifunktionsplatz am Tennisheim)	17:00 Uhr Familytime (Park mit Potential)	19:00 Uhr Hula Hoop (Park mit Potential)	18:00 Uhr Walking Time (Treffpunkt am Seniorenheim Fliedergarten)
	18:00 Uhr Yoga (Park mit Potential)		

Bitte eine Matte und/oder großes Handtuch, sowie etwas zu trinken mitbringen!

**Auskünfte und Anmeldung beim TSV Bösingfeld
per Mail an christina.hagemeier@tsv-boesingfeld.de
oder per Telefon an 05262/1790.**



Sport im Park

26.6.– 4.8.2023
TSV Bösingfeld



Angebotsbeschreibungen:

- **Power Workout:** intensives Kraft- und Ausdauertraining
- **Familytime:** Spiel und Spaß für Eltern und Großeltern mit Kindern von 2-6
- **Yoga:** Stärkung für Körper und Geist
- **Hula Hoop:** Lass den Reifen kreisen und trainiere deine Körpermitte
- **Walking Time:** Ausdauertraining mit X-Cos oder Stock

**Auskünfte und Anmeldung beim TSV Bösingfeld
per Mail an christina.hagemeier@tsv-boesingfeld.de
oder per Telefon an 05262/1790.**