

# SPORT ΣPARK

20.7. | BIS | 2.8.  
2026

KOSTENLOS & DRAUSSEN



## KIRCHPARK VALBERT

### 20.07.2026

17:00 - 18:00 WALKEN

18:30 - 20:00 HATHA YOGA\*

### 21.07.2026:

18:00 - 19:00 BEWEGEN -

DEHNEN - ENTSPANNEN\*

19:00 - 20:00 ZUMBA

### 22.07.2026:

17:00 - 18:00 WALKEN

18:00 - 19:00

WIRBELSÄULENGYMNASTIK\*

### 23.07.2026:

19:00 - 20:00 ZUMBA

### 24.07.2026:

18:30 - 20:00 YIN YOGA\*

### 27.07.2026:

17:00 - 18:00 WALKEN

18:00 - 20:00 HATHA YOGA\*

### 28.07.2026:

18:00 - 19:00 BEWEGEN -

DEHNEN - ENTSPANNEN\*

19:00 - 20:00 ZUMBA

### 29.07.2026:

17:00 - 18:00 WALKEN

18:00 - 19:00

WIRBELSÄULENGYMNASTIK\*

### 30.07.2026:

19:00 - 20:00 ZUMBA

### 31.07.2026:

18:30 - 20:00 YIN YOGA\*

## VOLKSPARK MEINERZHAGEN

### 20.07.2026

09:00 - 10:00 FIT IN DIE WOCHE STARTEN

18:30 - 19:00 BODYFORMING

### 22.07.2026

18:30 - 19:00 BEWEGEN - DEHNEN - ENTSPANNEN

### 23.07.2026

18:30 - 19:00 DISCO AEROBIC

### 25.07.2026

AB 14 UHR SCHACHTUNIER

### 27.07.2026

09:00 - 10:00 FIT IN DIE WOCHE STARTEN

18:30 - 19:30 BODYFORMING

### 28.07.2026

18:00 - 19:00 TAI CHI

### 29.07.2026

16:00 - 17:00 STRECHING

18:30 19:30 BEWEGEN - DEHNEN - ERHOLEN

### 30.07.2026

18:30 - 19:30 DISCO AEROBIC

### 31.07.2026

18:00 - 19:00 TAI CHI