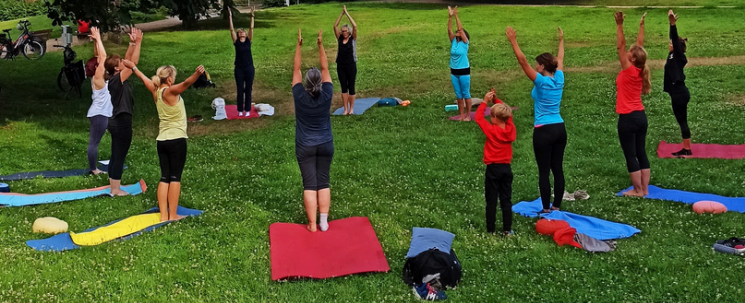


SPORT IM PARK REMSCHIED 08.07.-25.08.2024

Programm



Mitmachen:
kostenlos &
ohne Anmeldung



Montag

Park Sportabzeichen (LTG)

Wann: 17:00-19:00 Uhr
(nur am 08.07.; 22.07 & 05.08)

Wer: Erwachsene

Wo: Bachtal, Zugang Straße Neunteich

Lachyoga (RTB)

Wann: 18:00-19:00 Uhr (bis einschließlich 29.07)

Wer: Erwachsene

Wo: Wiese beim ehemaligen Teich am Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: Konzertmuschel im Stadtpark)

Lauftreff (RTB)

Wann: 18:00-19:00 Uhr

Wer: Erwachsene

Wo: Vor Halle West

Dienstag

Bogenschießen am Stadtpark (Remscheider Schützenverein)

Wann: 17:00-19:00 Uhr (ab 16.07)

Wer: Kinder ab 10 Jahre & Erwachsene

Wo: Schützenhaus (Auch bei Unwetter)

Zumba Kids (RTV)

Wann: 17:00-18:00 Uhr

Wer: Kinder 4-11 Jahre

(unter 6 Jahren bitte mit Aufsichtsperson)

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: RTV Hallen)

Nordic Walking (LTG)

Wann: 17:30-19:00 Uhr (ab 16.07)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Parkplatz Hilda Heinemann
Schule

Capoeira Anfänger (RTV)

Wann: 17:30-18:30 Uhr

Wer: Kinder ab 8 Jahren
& Erwachsene

Wo: Wiese am Sportplatz
Hackenberg

Rennrad Training (RV-Adler)

Wann: 17:30-19:30 Uhr

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Bahnhof Lennep, an der Trasse

Mountainbike (RV-Adler)

Wann: 17:30-19:30 Uhr

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Lennep Bachtal, Zugang
Straße Neunteich

Capoeira Fortgeschrittene (RTV)

Wann: 18:30-19:30 Uhr

Wer: Kinder ab 8 Jahren & Erwachsene

Wo: Wiese am Sportplatz
Hackenberg

Zumba (RTV)

Wann: 19:00-20:00 Uhr

(Außer am 30.07 & 06.08)

Wer: Kinder ab 12 Jahren & Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Bei Regen bis 18 Uhr Alternative: RTV Hallen)

Zumba (LTG)

Wann: 19:00-20:00 Uhr

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Hardtpark

Mittwoch

Fitnessstraining (RSV)

Wann: 9:30-10:15 Uhr (Ab 31.07)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Regen: RSV Hallen)

Hatha Yoga (RSV)

Wann: 10:30-11:30 Uhr

(Ab 31.07)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Regen: RSV Hallen)

Mountainbike (RV-Adler)

Wann: 17:15-18:45 Uhr

Wer: Kinder & Jugendliche

Wo: Lennep Bachtal, Zugang
Straße Neunteich

Lauftreff (RTB)

Wann: 18:00-19:00 Uhr

Wer: Erwachsene

Wo: Vor Halle West

Zumba Gold (RTV)

Wann: 17:45-19:15 Uhr

Wer: Erwachsene
(Auch mit Einschränkungen/ im Sitzen möglich)

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: RTV Hallen)

Lachyoga (RTB)

Wann: 18:00-19:00 Uhr (bis einschließlich 31.07)

Wer: Erwachsene

Wo: Schutzhütte Skaterbahn am
Stadion Reinshagen
(Alternative bei Unwetter: Tribüne Stadion Reinshagen)

Breathwalk (LTG)

Wann: 18:30-20:00 Uhr
(17.07-07.08)

Wer: Jugendliche & Erwachsene
(Bitte mit wetterfester Kleidung)

Wo: Parkplatz Hilda Heinemann
Schule

Donnerstag

Bogenschießen am Stadtpark (Remscheider Schützenverein)

Wann: 17:00-19:00 Uhr (ab 18.07)

Wer: Erwachsene

Wo: Schützenhaus (Auch bei Unwetter)

Tabata (RSV)

Wann: 17:00-17:45 Uhr
(Ab 01.08)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Regen: RSV Hallen)

Renntag Training (RV-Adler)

Wann: 17:30-19:30 Uhr

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Bahnhof Lennep, an der Trasse

Hatha Yoga (RSV)

Wann: 18:00-19:00 Uhr (Ab 01.08)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Regen: RSV Hallen)

Freitag

Fit mit Kinderwagen (RTV)

Wann: 10:30-11:30 Uhr

(Außer am 26.07 & 02.08)

Wer: Elternteil mit Kind

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter:
RTV Hallen außer am 19.07)

Waldgymnastik (ETV)

Wann: 10:30-11:30 Uhr

Wer: Ab 40 Jahren

Wo: Ehringhauser Turnverein
(Alternative bei Unwetter: ETV Halle)

Zumba Gold (RTV)

Wann: 10:45-12:15 Uhr

Wer: Erwachsene
(Auch mit Einschränkungen/ im Sitzen möglich)

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: RTV Hallen)

Walken (RTV)

Wann: 11:30-12:30 Uhr

(Außer am 26.07 & 02.08)

Wer: Alle

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: RTV Hallen)

Qigong - Übungen der Harmonie (LTG)

Wann: 16:00-17:15 Uhr

(19.07 bis 09.08)

Wer: Jugendliche & Erwachsene

Wo: Hardtpark

Mountainbike (RV-Adler)

Wann: 16:45-18:15 Uhr

Wer: Kinder & Jugendliche

Wo: Lennep Bachtal, Zugang
Straße Neunteich

Lauftreff (RTB)

Wann: 17:00-18:30 Uhr

Wer: Erwachsene

Wo: Vor Halle West

Samstag

Bogenschießen (RTV)

Wann: 10:30-13:00 Uhr

(nur am 06.07 ; 13.07 & 20.07)

Wer: Ab 10 Jahren

Wo: Sportplatz Naturschule Grund
(Fällt bei Regen aus)

Bogen- und Blaßrohrschießen (LTG)

Wann: 12:00-14:00 Uhr

(nur am 13.07 ; 20.07 & 03.08)

Wer: Ab 10 Jahren

Wo: Hof Sondern
(auch bei leichtem Regen)

Sonntag

Intensives Ganzkörper Workout (SBR)

Wann: 10:30-11:30 Uhr (nur am 04.08)

Wer: Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: Konzertmuschel)

Mountainbike & E-Mountainbike (RV-Adler)

Wann: 11:00-13:30 Uhr

Wer: Erwachsene

Wo: Bahnhof Lennep, an der Trasse

Faszien Yoga (SBR)

Wann: 11:30-12:30 Uhr (nur am 04.08)

Wer: Erwachsene

Wo: Konzertmuschel im Stadtpark
(Alternative bei Unwetter: Konzertmuschel)

**Wetterbedingt kann das
Programm abweichen. Die
aktuellsten Informationen gibt es
beim Sportbund Remscheid unter
www.sportbund-remscheid.de**