

UNSERE VERANSTALTUNGEN
SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Abschluss-Oktoberfest
04. September 2021
14:00-18:00 Uhr

Vereinsgelände Königshorster Straße
Am Ende / Wendekreis der Königshorster Straße
einmal um die Beach-Halle herumlaufen.

Mit vielen Highlights aus dem Programm!

www.tsv-berlin-wittenau.de

UNSERE VERANSTALTUNGEN
SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

<p>Spiel dich FIT! mit Elvan und Tutku</p> <p>Freitags 17:00-18:30 Uhr Kienhorstpark (gegenüber BFC Alemannia 1890 e.V.)</p>	<p>Crosstraining light mit Martin</p> <p>Samstags 10:00-11:00 Uhr Triptpark (Mittelwiese)</p>
<p>QiGong mit Petra / Stefan</p> <p>Samstags 11:00-12:30 Uhr Triptpark (Mittelwiese)</p>	<p>Gewaltprävention / Selbstverteidigung mit Lars</p> <p>Samstags 12:30-14:00 Uhr Triptpark (Mittelwiese)</p>
<p>Stretch & Relax mit Martin</p> <p>Samstags 11:30-12:30 Uhr Wiese am Rathaus Reinickendorf</p>	<p>RückenFit mit Birgit</p> <p>Samstags 17:00-18:00 Uhr Kienhorstpark</p>

Mehr Informationen findest du auf
sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport
finanziert und von der AOK Nordost - Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN
SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

<p>BodyPower mit Birgit</p> <p>Samstags 18:00-19:00 Uhr Kienhorstpark (hinter dem Parkplatz des Paracelsusbad)</p>	<p>Dancing in the Park mit Stephan</p> <p>Sonntags 10:00-11:00 Uhr Wiese am Rathaus Reinickendorf</p>
<p>Crosstraining light mit Stephan</p> <p>Sonntags 11:00-12:00 Uhr Wiese am Rathaus Reinickendorf</p>	<p>Spiel & Spaß für Kinder ab 4 mit Jessica</p> <p>Sonntags 10:00-11:00 Uhr und 11:00-12:00 Uhr Wiese am Rathaus Reinickendorf</p>
<p>Mädchen-Fußball mit Sibyl und Sandy</p> <p>Sonntags 10:00-12:00 Uhr Kienhorstpark (gegenüber BFC Alemannia 1890 e.V.)</p>	<p>Schlingentraining mit Heike / Wolfgang</p> <p>Sonntags 16:00-17:00 Uhr Wiese Calauer Straße / Finsterwalder Straße</p>

Mehr Informationen findest du auf
sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport
finanziert und von der AOK Nordost - Die Gesundheitskasse unterstützt.

**MACH
DIR LUFT!**

Über 200 kostenlose
Bewegungsangebote
in mehr als 100 Parks.
sportimpark.berlin.de
#sportimparkberlin



UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Einfach hinkommen - einfach mitmachen!

Kostenloses Gesundheits- und Fitnesstraining sowie Spiel & Spaß für alle Altersgruppen. Start am 04. Juni 2021 bis September/Oktober.

Das Projekt richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung. Tragen Sie Freizeit- oder Sportkleidung und bringen Sie Getränke sowie ggf. ein Handtuch oder eine Sportmatte mit. Wenn Sie lange nicht mehr sportlich aktiv waren, sollten Sie vorher Ihren Hausarzt befragen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Es gibt keine WC-, Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten. Bitte hinterlassen Sie die Parkanlage sauber. Das Training dauert circa eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt – auch in den Schulferien. Bitte informieren Sie sich online zu möglichen Unwetterwarnungen bzw. Ausfällen.

Bitte informieren Sie sich vorab über die aktuellen CORONA-Einschränkungen!

www.sportimpark.berlin (aktuelle Infos TSV Berlin-Wittenau)

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Trimm Dich Pfad mit Elke

Montags 09:30-10:30 Uhr
Steinbergpark (Sackgasse
Rosentreterpromenade)

NaturPur! Walking mit Elke

Montags 10:30-11:30 Uhr
Steinbergpark (Sackgasse
Rosentreterpromenade)

Boule / Wikinger Schach
mit Bianca und Beate

Montags 16:30-17:30 Uhr
und 17:30-18:30 Uhr
Wiese Calauer Straße /
Finsterwalder Straße

RückenFit mit Chris

Montags 17:00-18:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Bewegter Start in den Tag
mit Heike

Mittwochs 10:00-11:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

RückenFit
mit Heike

Mittwochs 11:00-12:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Trattroller fahren für Erwachsene
mit Beate und Bianca

Mittwochs 17:00-18:00 Uhr
und 18:00-19:00 Uhr
Vereinsgelände Königshorster Straße
(neben der Beachhalle)

Bodypower
mit Dani

Mittwochs 18:30-19:30 Uhr
Vereinsgelände Königshorster
Straße (neben der Beachhalle)

KARAMBA light
mit Sigrun

Donnerstags 17:00-18:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Dancing in the Park
mit Sigrun

Donnerstags 18:00-19:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

BodyFit
mit Bianca

Donnerstags 18:30-19:30 Uhr
Wiese Calauer Straße /
Finsterwalder Straße

KinderDisco
mit Betty / Antonia

Donnerstags 17:00-18:00 Uhr
Wiese Calauer Straße /
Finsterwalder Straße

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

FunctionalFitness
mit Jennifer

Donnerstags 16:30-17:30 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

BodyFit
mit Jennifer

Donnerstags 17:30-18:30 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Parkour
mit Jonas und Johann

Donnerstags 17:00-19:00 Uhr
ca. 10 Kinder-, Jugend- und
Familienzentrum

Nordic Walking
mit Chris

(bitte Stöcke mitbringen)
Freitags 17:00-18:30 Uhr
Greenwichpromenade Tegel
(rote Telefonzelle)

NaturPur! Walking
mit Jennifer

Freitags 10:00-11:00 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

RückenFit
mit Jennifer

Freitags 11:00-12:00 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

