



## Kalender • Sport im Park

**aktualisiert** - September bis Oktober 2017

Hier findest Du alle Sportangebote, Termine und Details auf einen Blick. Jederzeit online informiert bist Du unter ...

[www.sportimpark.berlin](http://www.sportimpark.berlin)

### Von wem für wen

Umsetzung • Finanzierung • Partner

Das Projekt "Sport im Park" ist eine Kooperation zwischen den drei Berliner Sportvereinen TSV Berlin-Wittenau e.V., VfB Hermsdorf e.V. und VfL Tegel 1891 e.V., finanziert durch die Senatsverwaltung für Inneres und Sport sowie der AOK Nordost als Gesundheitspartner, mit freundlicher Unterstützung des Bezirkssportbunds Reinickendorf, dem Bezirksamt Reinickendorf - Sportamt, dem Bezirksamt Reinickendorf - Grünflächenamt sowie der Wohnungsbaugesellschaft Gesobau.

Alle Angaben ohne Gewähr



### Projektleitung

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.  
"Die Fitmacher"  
Senftenberger Ring 53  
13435 Berlin

Tel +49 30 415 68 67  
E-Mail [info@tsv-berlin-wittenau.de](mailto:info@tsv-berlin-wittenau.de)  
Web [www.tsv-berlin-wittenau.de](http://www.tsv-berlin-wittenau.de)

# Rathauswiese

| Zeit       | Montag   | Dienstag   | Mittwoch | Donnerstag                      | Freitag |
|------------|--|--|----------|---------------------------------|---------|
| Vormittag  | 10-11:00<br><b>Natur Pur! Nordic Walking</b><br>10:00 - 10:45<br>Claudia & Peter | <b>Guten Morgen Mix</b><br>Jens  |          | <b>Faszientraining</b><br>Petra |         |
|            | 11-12:00<br><b>Natur Pur! Nordic Walking</b><br>11:00-11:45<br>Claudia & Peter   | <b>Aktive Pause für Beschäftigte</b><br>11-11:30 + 11:30-12:00<br>Jens<br><b>FitMix50+</b><br>11-11:30 + 11:30-12:00<br>Jens |          | <b>Energy Dance</b><br>Petra    |         |
| Nachmittag | 17-18:00<br><b>Faszientraining</b><br>Petra                                      | <b>Rückenfit</b><br>Chris  |          | <b>Boule</b><br>Elke W.         |         |
|            | 18-19:00<br><b>Energy Dance!</b><br>Petra  | <b>Zirkeltraining</b><br>Chris   |          | <b>Boule</b><br>Elke W.         |         |

Alle Angaben ohne Gewähr

Legende

Kinder 4-6 Jahre

Erwachsene

Ältere, Ungeübte, Adipöse, Neueinsteiger

Offen

# Steinbergpark

| Zeit       | Montag  | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag                                     | Freitag |
|------------|---|---|---|--|---------|
| Vormittag  | <b>Natur Purl</b><br>Walking aber ganz langsam<br>Elke D.<br>Treffpunkt 1 |   | <b>Nordic Walking</b><br>Rainer<br>Treffpunkt 1 | <b>FitMix 50+</b><br>Bastian<br>Treffpunkt 4   |         |
|            | <b>Kita in Bewegung</b><br>Ina<br>Treffpunkt 3<br>Geschlossene Gruppe     |   |   |  |         |
| Nachmittag | <b>Natur Purl Walking</b><br>Elke D.<br>Treffpunkt 1                      |   | <b>Rücken Purl</b><br>Rainer<br>Treffpunkt 3    | <b>FitMix 50+</b><br>Bastian<br>Treffpunkt 4   |         |
|            | <b>Spiel Dich Fit!</b><br>Jens<br>Treffpunkt 2                            | <b>Herz-Kreislauf-Training für Senioren</b><br>Rainer<br>Treffpunkt 1 |   | <b>Crosstraining</b><br>Martin<br>Treffpunkt 4 |         |
|            | <b>Spiel Dich Fit!</b><br>Jens<br>Treffpunkt 2                            | <b>Lauf Dich Fit</b><br>Rainer<br>Treffpunkt 1                        |   | <b>Crosstraining</b><br>Martin<br>Treffpunkt 4 |         |
|            |   |   |   |  |         |

Alle Angaben ohne Gewähr

Legende

Kinder 4-6 Jahre

Erwachsene

Ältere, Ungeübte, Adipöse, Neueinsteiger

Offen

# Seggeluchbecken / Calauer Straße

| Zeit       | Montag      | Dienstag                           | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag   |
|------------|-------------|------------------------------------|--|---|---|
| Vormittag  | 09:00-10:00 |                                    |  | <b>Kita in Bewegung</b><br>Rania<br>Geschlossene Gruppe |   |
|            | 10-11:00    | <b>Guten Morgen Yoga</b> Katarzyna | <b>Mama, Baby &amp; Co.</b><br>Rania                       |   | <b>Kita in Bewegung</b><br>Rania<br>Geschlossene Gruppe |
|            | 11-12:00    |                                    | <b>Guten Morgen Mix</b><br>Rania                           |   | <b>Kita in Bewegung</b><br>Rania<br>Geschlossene Gruppe |
| Nachmittag | 17-18:00    |                                    | <b>Tretroller</b><br>Beate & Bianca<br>Nicht im September! |   |   |
|            | 18-19:00    |                                    | <b>Tretroller</b><br>Beate & Bianca<br>Nicht im September! | <b>Guten Abend Yoga</b> Katarzyna                       |   |

Alle Angaben ohne Gewähr

Legende
Kinder 4-6 Jahre
Erwachsene
Ältere, Ungeübte, Adipöse, Neueinsteiger
Offen

