



## Pressedienst

---

26. April 2024

### **"Sport im Park" startet in die Sommersaison 2024**

#### **Das kostenfreie Sport- und Bewegungsangebot des Sportamtes hat vom 6. Mai bis 6. Oktober an 23 Standorten insgesamt 33 Kurse pro Woche im Programm**

Startschuss für die Sommeredition von "Sport im Park": Das Sport- und Bewegungsangebot des Sportamtes bietet dazu mit vielseitigen Kursen für jeden Geschmack eine gute Gelegenheit, fit in den Frühling zu starten. Die Kurse werden in Park- und Grünanlagen im gesamten Stadtgebiet täglich vom 6. Mai bis zum 6. Oktober 2024 durchgeführt. An 23 Standorten werden dabei insgesamt 33 Kurse pro Woche veranstaltet. Die Teilnahme ist unverbindlich, kostenfrei und ohne Anmeldung möglich.

Die beliebten Kurse Zumba, funktionales Training, Qi Gong, intensives Fitnessstraining und Yoga-Fitness sind wieder im Programm. Neu dabei sind die beiden Angebote Rücken- und Beweglichkeitstrainings im Dreherpark mittwochs um 10 Uhr sowie Cardio-Dancing by David Wared freitags um 18 Uhr im Hanielpark. Am neuen Standort Lantz'scher Park in Lohausen läuft dienstags um 10 Uhr der Kurs funktionales Fitnessstraining.

"Sport im Park" ist ein Gesundheits- und Fitnessstraining für Jung und Alt und unabhängig vom persönlichen Fitnessgrad an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gerichtet. Das Training dauert rund eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt – auch in den Schulferien und an Feiertagen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Mitzubringen sind ein Handtuch, etwas zu trinken und - je nach Angebot - eine Iso- oder Sportmatte.

Die Kurse werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern geleitet, die neben dem sportlichen Aspekt auch den Spaß nicht zu kurz kommen lassen. Im letzten Jahr haben über 35.000 Bürgerinnen und Bürgern das Angebot wahrgenommen und so einen neuen Teilnahmerecord aufgestellt.

"Düsseldorf als Sportstadt ist es wichtig, allen Düsseldorferinnen und



## "Sport im Park" startet in die Sommersaison 2024

Seite 2

Düsseldorfern die Möglichkeit zu geben, sich unkompliziert sportlich zu betätigen und so etwas für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu tun", betont Britta Zur, Beigeordnete für Ordnung, Bürgerservice und Sport: "Ich danke den Partnerinnen und Partnern von 'Sport im Park'. Ohne ihre Unterstützung könnten wir das Programm nicht in dieser Fülle anbieten."

Die detaillierten Kurszeiten und -orte sind auf der Webseite des Sportamtes [www.duesseldorf.de/sport-im-park](http://www.duesseldorf.de/sport-im-park) und auf Instagram und Facebook veröffentlicht unter:

[www.instagram.com/sportimpark](http://www.instagram.com/sportimpark)

[www.facebook.com/sportimpark](http://www.facebook.com/sportimpark)

Die Stadt Düsseldorf bedankt sich bei folgenden Partnern und Sponsoren: AOK Rheinland Hamburg, #BEACTIVE, BürgerStiftung Düsseldorf, Düsseldorfer Bau- und Spargenossenschaft eG, Wir sind IN FORM, Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein, PLAYSPO RTS, Stadtparkkasse Düsseldorf, Stadtwerke Düsseldorf und Zentrum plus.

Der Stadtsportbund Düsseldorf (SSB) bietet erstmalig mit Trainerinnen und Trainern aus Sportvereinen "Sport im Park"-Kurse vom 6. Mai bis 6. Oktober an, die das städtische Angebot von "Sport im Park" ergänzen. Nähere Informationen über die insgesamt fünf Kurse pro Woche sind auf der SSB-Homepage veröffentlicht unter:

[www.ssbduesseldorf.de/unsere-stadt-bewegen/sport-im-park](http://www.ssbduesseldorf.de/unsere-stadt-bewegen/sport-im-park)

Zu Ihrer redaktionellen Verwendung stellen wir Ihnen folgendes Material zum Download zur Verfügung:



Die Sommeredition von "Sport im Park" startet am 6. Mai mit 33 Kursangeboten pro Woche, ©Landeshauptstadt Düsseldorf



**"Sport im Park" startet in die Sommersaison 2024**

Seite 3

[http://www.duesseldorf.de/fileadmin/Amt13/pressebilder/2404/240426-SIP\\_2024.jpeg](http://www.duesseldorf.de/fileadmin/Amt13/pressebilder/2404/240426-SIP_2024.jpeg)

Textversion:

[http://www.duesseldorf.de/fileadmin/Amt13/pld/txt/20240426-237\\_13.txt](http://www.duesseldorf.de/fileadmin/Amt13/pld/txt/20240426-237_13.txt)

**Kontakt: Frisch, Michael**

**presse@duesseldorf.de, Telefon +49.211.89-93131**