



Pressedienst

31. März 2020

Fitnessstraining für Zuhause: "Sport im Park" im Livestream am Donnerstag mit OB Geisel

Kostenfreies Angebot der Sportstadt Düsseldorf unter www.sportstadt.tv sowie über den Instagram- und Facebook-Kanal @sportstadtduesseldorf

Gemeinsam mit CrossFit- und Fitness-Trainer Tobias Schmitz vom Original Bootcamp wird Oberbürgermeister Thomas Geisel am Donnerstag, 2. April, von 18.30 bis 19.30 Uhr die Sportstunde im kostenfreien Livestream der Sportstadt Düsseldorf gestalten. Durch den Live-Stream, der über www.sportstadt.tv sowie über den Instagram- und Facebook-Kanal (@sportstadtduesseldorf) der Sportstadt Düsseldorf erreichbar ist, hat jeder die Möglichkeit, an dem Angebot der Sportamts-Initiative "Sport im Park" live im eigenen Garten oder im eigenen Wohnzimmer teilzunehmen. Gesendet wird aus der Merkur Spiel-Arena.

"Bewegung und Ausgleich sind gerade in der aktuellen Situation wichtiger denn je: Aktivität fördert das geistige und körperliche Wohlbefinden. Eine moderate sportliche Betätigung stärkt zudem das Immunsystem. Deshalb ist das Online-Training der Sportstadt Düsseldorf gerade in Zeiten des Coronavirus' mit den Ausgangsbeschränkungen ein tolles Angebot für Zuhause", sagt OB Geisel, für den der "Spaß an der Bewegung" im Vordergrund steht.

In den kommenden Wochen werden dienstags und donnerstags, jeweils von 18.30 bis 19.30 Uhr, kostenlose Live-Streams mit zwei verschiedenen Sportkursen angeboten: Dienstags wird die Yoga-Koryphäe "Flow with Kris" die Beweglichkeit und Körperspannung ihrer Zuschauer beim Fitness-Yoga prüfen; und donnerstags bringt CrossFit- und Fitness-Trainer Tobias Schmitz von Original Bootcamp die Muskeln seiner Teilnehmer vor den Smartphones, Tablets und Computern beim intensiven Fitnessstraining zum "Glühen". Alle Angebote sind für jeden Alters- und Könnensstand geeignet.



Fitnessstraining für Zuhause: "Sport im Park" im Livestream am Donnerstag mit OB Geisel

Seite 2

Textversion:

http://www.duesseldorf.de/fileadmin/Amt13/pld/txt/20200331-237_12.txt

Kontakt: Frisch, Michael

presse@duesseldorf.de, Telefon +49.211.89-93131