

Sport im Park 2021

Gemeinsam draußen trainieren

Düsseldorf
Nähe trifft Freiheit



Sport
im Park

Tipps und Informationen

Sport im Park ist ein unverbindliches und kostenloses Gesundheits- und Fitness-training für Untrainierte ebenso wie für Sportliche aller Altersgruppen.

Ihr solltet Freizeit- oder Sportkleidung tragen und Getränke sowie ein Handtuch oder eine Sport- oder Isomatte mitbringen. Es gibt vor Ort keine Toiletten und keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Die kostenlosen Sportangebote finden statt, solange die Coronaschutzverordnung dies zulässt. Alle aktuellen Informationen und Hinweise gibt es unter:

www.duesseldorf.de/sport-im-park

Sport im Park per App – Mit der kostenlosen App PLAYSORTS erhaltet ihr Informationen über alle Standorte, Trainings und News.

Das Online-Angebot wird bis zum Start des beliebten Trainings im Freien fortgeführt.



Landeshauptstadt
Düsseldorf

Kontakt

Telefon 0211 89-95247

sportimpark@duesseldorf.de

Social Media

www.instagram.com/sportimpark

www.facebook.com/sportimpark

www.youtube.com/sportimpark

Unsere Partner



UNABHÄNGIGES
VERSICHERUNGS-MANAGEMENT



Engagiert für Gesundheit.
Kassenärztliche Vereinigung
Nordrhein

KRESINGS



Jetzt gratis App holen!

Stadtparkasse
Düsseldorf



zentrum plus
gemeinsam aktiv für das Alter

Stundenplan



Landeshauptstadt
Düsseldorf

Sport
im Park

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.30 Uhr Funktionales Training Tannenhofweg	9.30 Uhr Funktionales Training Elbroichpark	9.30 Uhr Funktionales Training Zoopark (Bolzplatz)	9.30 Uhr Funktionales Training Nachbarschaftsgarten Wersten	10 Uhr Funktionales Training Alter Bilker Friedhof	10 Uhr Intensives Fitnesstraining Hofgarten (NRW-Forum)	11 Uhr Funktionales Training Stadtwerkepark
9.30 Uhr Funktionales Training Nachbarschaftspark Am Hackenbruch	10 Uhr Funktionales Training Ulenbergpark	9.30 Uhr Funktionales Training Ostpark	9.30 Uhr Funktionales Training Einbrunger Weg	11 Uhr Funktionales Training Klemensbrücke	10 Uhr Tai Chi & Qi Gong Schlosspark Benrath (Orangerie)	11 Uhr Yoga-Fitness Rheinpark Bilk (Bürger- wiese am Landtag)
19 Uhr Funktionales Training Ernst-Lemmer-Straße	10.30 Uhr Funktionales Training Dreherpark	19 Uhr Funktionales Training Rheinpark Heerdt	9.30 Uhr Funktionales Training Unterbacher See (Nordstrand)	11 Uhr Funktionales Training Freizeitpark Heerdt	12 Uhr Funktionales Training Volksgarten (Ballonwiese)	11 Uhr Calisthenics® Nachbarschaftspark Am Hackenbruch
19 Uhr Funktionales Training Mahnmalachse	18.30 Uhr Intensives Fitnesstraining Rheinpark Golzheim	19 Uhr Yoga-Fitness Volksgarten	18.30 Uhr Intensives Fitnesstraining Rheinpark Bilk (Bürger- wiese am Landtag)	17.30 Uhr Intensives Fitnesstraining Unterbacher See (Nordstrand)	15 Uhr (ungerade Kalenderwochen) Parkour Bewegungspark Garath	
19 Uhr Yoga-Fitness Hofgarten (NRW-Forum)	18.30 Uhr Intensives Fitnesstraining IHZ-Park	19 Uhr Funktionales Training Schlosspark Benrath (Orangerie)	18.30 Uhr BODEGA moves® Rheinpark Golzheim	17.30 Uhr Zumba® Hanielpark	15 Uhr (gerade Kalenderwochen) Parkour Sportpark am Bunker	
19 Uhr Zumba® Rheinpark Golzheim	19 Uhr Yoga-Fitness Stadtwerkepark	19 Uhr Yoga-Fitness Berty-Albrecht-Park	18.30 Uhr Intensives Fitnesstraining Mahnmalachse			
19 Uhr Intensives Fitnesstraining San-Remo-Straße			19 Uhr Funktionales Training Zoopark (Bolzplatz)			

Änderungen vorbehalten. Die aktuellsten Informationen findet ihr unter: www.duesseldorf.de/sport-im-park.