

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---|---|---|--|--|---|--|
| 10 Uhr Funktionales Training Tannenhofweg AWO Familien- bildungswerk | 9.30 Uhr Funktionales Training Elbroichpark Coach Jurij | 10 Uhr Rücken- und Beweg- lichkeitstraining Dreherpark Gerresheimer TV 1883 e.V. | 9.30 Uhr Funktionales Training Einbrunger Weg Sportzeit Nord | 9.30 Uhr Funktionales Training Nachbarschafts- garten Wersten Andrea Moreno | 10 Uhr Qi Gong Schlosspark Benrath (Orangerie) Vanessa Hering | 11 Uhr Yoga-Fitness Rheinpark Bilk (Energie-Pyramide) Flow with Kris & Katrin Paschke |
| 19 Uhr Funktionales Training Berty-Albrecht-Park Vivit | 10 Uhr Funktionales Training Lantz'scher Park Sportzeit Nord | 10 Uhr Funktionales Training Ulenbergpark HeinzenSporting | 10 Uhr Funktionales Training Ostpark Vivit | 18 Uhr Cardio Dancing by David Wared Hanielpark Steffi von MyBalancer | 11 Uhr Zumba® Schlosspark Eller ZIN™ Melanie & Andrea | 11 Uhr Funktionales Training Volksgarten (Ballonwiese) Brina Moves |
| 19 Uhr Funktionales Training Ernst-Lemmer- Straße PaTe-fit | 10 Uhr Funktionales Training Sternwartpark beweg dich mit Alex | 10 Uhr Funktionales Training Zoopark (Bolzplatz) AWO Familien- bildungswerk | 18 Uhr Zumba® Bewegungspark Garath ZIN™ Melanie & Andrea | 18 Uhr Yoga-Fitness Rheinpark Heerdt Katrin Paschke | 11 Uhr Funktionales Training Stadtwerkepark PaTe-fit | 12 Uhr Intensives Training Hofgarten (NRW-Forum) Movement Skills |
| 19 Uhr Yoga-Fitness Hofgarten (NRW-Forum) Nicole Stomphorst & Jenny Jünger | 18.30 Uhr Yoga-Fitness Volksgarten (Ballonwiese) Larissa Jabali | 18.30 Uhr Yoga-Fitness Berty-Albrecht-Park YASIYOGA | 18.30 Uhr Yoga-Fitness Hanielpark Marie-Sophie Gremke | | | |
| 19 Uhr Zumba® Rheinpark Golzheim ZIN™ Kristina Bruchmann | 19 Uhr Intensives Training Rheinpark Golzheim NINA I Fitness & Soul | 19 Uhr Yoga-Fitness Rheinpark Golzheim Sonja Grüterich | 18.30 Uhr Funktionales Training Zoopark (Bolzplatz) Marvin – Brina Moves | | | |
| 19 Uhr Intensives Training San-Remo-Straße Anna Rogalev | 19 Uhr Funktionales Training Schlosspark Benrath (Orangerie) Stefan FitMove | 19 Uhr Zumba® Stadtwerkepark ZIN™ Dana's Dance Fiesta | 19 Uhr Intensives Training Rheinpark Bilk (Bür- gerwiese am Landtag) NINA I Fitness & Soul | | | |

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