

sport *im* park



Der TUS Wickrath e.V.



bietet ein Ausdauertraining in Kombination mit Koordinationsübungen rund um Schloß Wickrath an.

Ort / Treffpunkt :

Parkplatz Schloß Wickrath

Adresse:

Einfahrt/Eingang Hochstadenstrasse
41189 Mönchengladbach

Tag :

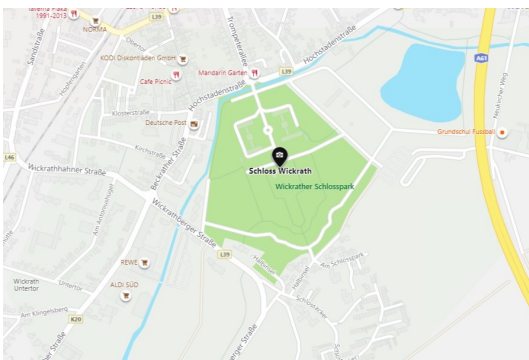
Freitag

Termine:

09.07., 16.07., 23.07., 30.07., 06.08.
und 13.08.2021

Uhrzeit:

18:00-19:00 Uhr



Info:

Bei diesem Angebot soll das Herz-Kreislaufsystem, die alltäglichen Bewegungsabläufe und die rechte und linke Gehirnhälfte trainiert werden.

Bitte beachten:

Sportkleidung und Getränk mitbringen!

Mitmachen kann jeder ab 16 Jahre – jüngere Teilnehmer*innen können in Begleitung eines Erziehungsberechtigten teilnehmen, soweit die Begleitperson die Aufsicht übernimmt.

