

sport *im* park



Der TUS Wickrath e.V.



bietet ein Brain-Walking in Kombination mit Koordinationsübungen und Ausdauertraining rund um Schloß Wickrath an.

Ort / Treffpunkt :

Parkplatz Schloß Wickrath

Adresse:

Einfahrt/Eingang Hochstadenstrasse
41189 Mönchengladbach

Tag :

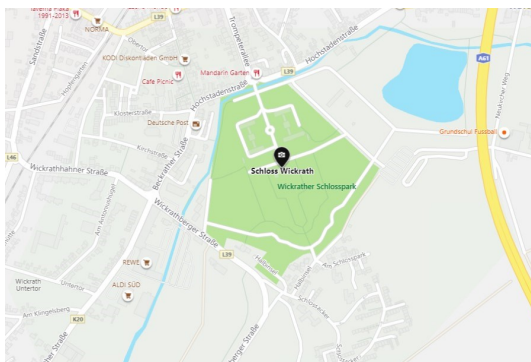
Donnerstag

Termine:

30.06., 07.07., 14.07., 21.07., 28.07.,
4.08. und 11.08.2022

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.

