

**GESUNDHEIT.
HEALTH.
SANTÉ.
BONN.**

Draußen Aktiv

Gesundheitsförderung in der Kommune



Stadtsportbund
Bonn

Gefördert durch:





Outdoor-Fitnessanlage Dransdorf

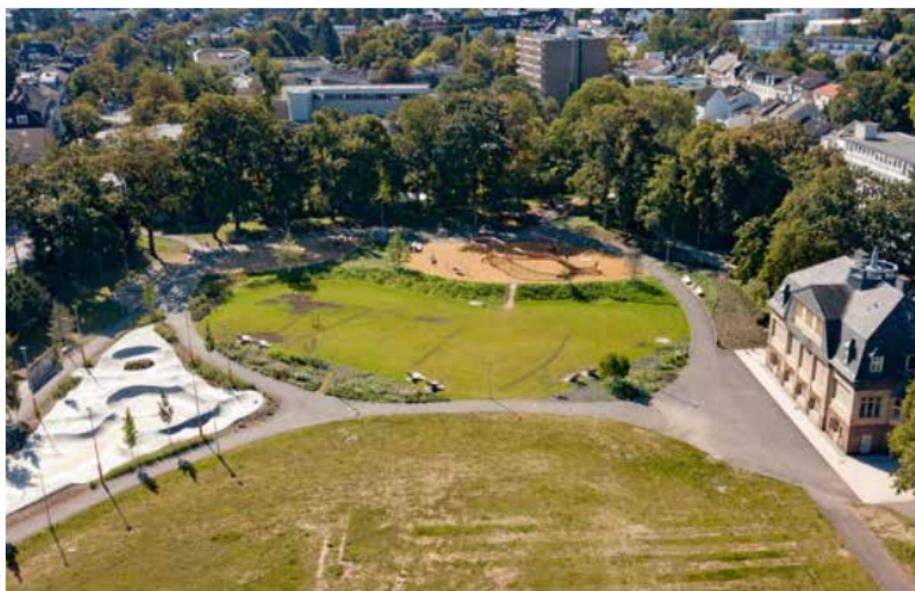
Adresse

Andreas-Schönmüller-Sportanlage
Mörikestraße, 53121 Bonn-Dransdorf

mittwochs

17.30 bis 18.30 Uhr und 18.30 bis 19.30 Uhr





Reuterpark

Adresse

Reuterstraße, 53113 Bonn

dienstags

17.30 bis 18.30 Uhr und 18.30 bis 19.30 Uhr





Outdoor-Fitnessanlage Schwarzrheindorf

Adresse

Wittestraße 38, 53225 Bonn

dienstags

17.30 bis 18.30 Uhr und 18.30 bis 19.30 Uhr





Outdoor-Fitnessanlage Rigal'sche Wiese

Adresse

Rigal'sche Wiese, 53177 Bad Godesberg

donnerstags

17.30 bis 18.30 Uhr und 18.30 bis 19.30 Uhr



Bewegung und Sport für alle

Draußen sein, mitmachen, wohlfühlen!

Kostenlos und ohne Anmeldung

- 60 Minuten pro Angebot.
- Für alle Alters- und Fitnesslevel.
- Einfach Handtuch mitbringen und vorbeikommen.
- Zwei Angebote an jedem Standort.

Bewegung an der frischen Luft

- Gemeinsam mit Anderen.
- Fit für den Alltag durch Intervall- und Zirkeltraining.
- Verbessern Sie Ihre Kraft, Ausdauer, Koordination und Geschicklichkeit.
- Die Übungsleitungen steuern die Trainingsintensität zielgruppenadäquat.

Überblick

- Alle Angebote sind inklusiv, generationsübergreifend und kostenlos.
- Die Angebote sind für alle ab 16 Jahren geeignet.
- Für die Teilnahme ist keine An- und Abmeldung notwendig.
- Nicht bei Gewitter und Starkregen.
- Angebotszeitraum: April bis Oktober.
- Weitere Informationen und mögliche Ausfallzeiten werden im Veranstaltungskalender der Stadt Bonn veröffentlicht.

Kontakt und Informationen

Bundesstadt Bonn

draussen.aktiv@bonn.de

www.ssb-bonn.de