

Sport im Park

275 kostenlose
Sportkurse in
den Aechener
Parks



Kurszeitraum
01.06. – 12.07.2016

Auftaktveranstaltung
01.06.2016, 13:00 Uhr
ShopFit: Stretch & Relax

Mit freundlicher Unterstützung durch

BARMER GEK

In Kooperation mit der
stadt aachen



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Piloxing 18.30-19.30 Uhr Ort: Stadtgarten <i>Vera Poursaidi</i>	ShopFit: Fit am Dom 09.00-10.00 Uhr Ort: Elisengarten <i>Einkaufen in Aachen</i>	Morning Yoga (für Beginner) 10:00 - 11:15 Ort: Frankenberg Park <i>aj Studio</i>	Funktionales Ganzkörpertraining 16.00-17.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>	Pilates 11.30-12.30 Uhr Ort: Spielplatz Schlossparkstraße <i>Vera Poursaidi</i>	Teenlethics* 11.15-12.00 Uhr Ort: Westpark (Gartenstraße) <i>lb Personal Training</i>	Laufkurs: Fortgeschrittene 10.00-11.00 Uhr Ort: Parkplatz Waldstadion <i>MedAix</i>
WOF Outdoor Challenge 18.30-19.00 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>	Fit'n'Flex – Bauch/Beine/Po & Beweglichkeit 16.00-17.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>	ShopFit: Stretch & Relax 13.00-14.00 Uhr Ort: Elisengarten <i>Einkaufen in Aachen</i>	Pilates 17.30-18.30 Uhr Ort: Ferberpark <i>B2</i>	M.A.X. Training 15.30-16.30 Uhr Ort: Am Chorusberg 10 <i>ATG</i>	Bodyweight Fitness* 12.15-13.00 Uhr Ort: Westpark (Gartenstraße) <i>lb Personal Training</i>	Dynamisches Yoga (all Level) 16:00 - 17:00 Ort: Frankenberg Park <i>aj Studio</i>
Walking und mehr! 18.30-19.30 Uhr Ort: Am Chorusberg 10 <i>ATG</i>	Power Yoga 18:00-19:30 Uhr Ort: Frankenger Park <i>Aj Studio</i>	Qigong 17:45 - 18:30 Ort: Alter Klinikumspark <i>Dockter Sports</i>	Power Yoga (Vorkenntnisse erforderlich) 18:00 - 19:30 Ort: Frankenberg Park <i>aj Studio</i>	Yoga 16:45 - 17:30 Ort: Alter Klinikumspark <i>Dockter Sports</i>	Fitness Bootcamp* 13.00-13.45 Uhr Ort: Hangeweiher David Dückers Personal Training	WOF Super Event** 17.00-20.00 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>
Yoga 19.00-20.15 Uhr Ort: Westpark (Gartenstraße) <i>MedAix</i>	Football Vamp-athletic 18.15-19.00 Uhr Ort: Ludwig Kuhnen Stadion <i>AFC Aachen Vampires</i>	Sling Fitness 18:00 - 18:45 Ort: Frankenberg Park <i>Praxis Nadine Bartel</i>	Salsation 18.30-19.30 Uhr Ort: Stadtgarten <i>Vera Poursaidi</i>	WOF Outdoor Challenge 17.30-18.00 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>	Dynamisches Yoga (all Level) 13:00 - 14:00 Ort: Frankenberg Park <i>aj Studio</i>	Laufkurs: Einsteiger powered by Intersport Drucks 18.00-19.00 Uhr Ort: Hangeweiher (Kreisverkehr) <i>MedAix</i>
Tae Bo 19.00-20.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>	Life-Kinetik © 18:30 - 19:30 Ort: Ferberpark <i>Torsten Schröder</i>	Yogalitis 18.30-19.30 Uhr Ort: Spielplatz Schlossparkstraße <i>Vera Poursaidi</i>	Basketball Academy für jedermann 19.00-20.00 Uhr Ort: Westpark (Basketballfeld) BG Aachen	Zumba 18.00-18.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>	Funktionales Ganzkörpertraining 14.00-15.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>	
Bokwa 19.00-19.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>		WOF Outdoor Challenge 18.30-19.00 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>	MedLetics 19.30-20.30 Uhr Ort: Stadtgarten <i>MedAix</i>	Zumba Gold 18.30-19.30 Uhr Ort: Spielplatz Schlossparkstraße <i>Vera Poursaidi</i>	Fitness Bootcamp* 14.00-14.45 Uhr Ort: Hangeweiher David Dückers Personal Training	
Athletik, Kraft, Beweglichkeit 20.00-21.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>		Zirkeltraining 18:45 - 19:30 Ort: Frankenberg Park <i>Praxis Nadine Bartel</i>		Bokwa 19.00-19.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>	Fitness Bootcamp* 15.00-15.45 Uhr Ort: Hangeweiher David Dückers Personal Training	
Zumba 20.00-20.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>		Athletik, Kraft, Beweglichkeit 19.00-20.00 Uhr Ort: Tartanplatz Kronenberg <i>Der Sportfuchs – Personal Training</i>			Basketball Summer School (Jugendliche 14-18 Jahre) 16.00-17.00 Uhr Ort: Westpark (Basketballfeld) <i>BG Aachen</i>	
		Vinyasa Flow Yoga 19:00 - 20:00 Ort: Ferberpark <i>WOF</i>				
		Zumba 19.00-19.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>				
		Pilates 19:30 - 20:15 Ort: Frankenberg Park <i>Praxis Nadine Bartel</i>				
		Bokwa 20.00-20.45 Uhr Ort: Stadtgarten <i>WOF</i>				