



Viel Spaß in . . .

Bewegung und Spaß an der frischen Luft im Geislinger Stadtpark das ist „Sport im Park“.

Auf dem Programm stehen Volleyball, Gymnastik, Boule, Zumba, Yoga, Badminton.

Die Teilnehmer/innen werden von erfahrenen Übungsleitern, Kursleitern und Trainern des TV Altenstadt, der TG Geislingen und der VHS Geislingen/Steige begleitet. Die einstündigen Übungseinheiten kräftigen und aktivieren das Herz-Kreislaufsystem, trainieren Beweglichkeit und Koordination, fördern die Gemeinschaft und machen vor allem viel Spaß.

Die Stadt Geislingen an der Steige bietet in Kooperation mit den Vereinen und der Volkshochschule dieses abwechslungsreiche Mitmachprogramm an.

von Mai bis Anfang September 2016
jeden Mittwoch von 18.00 bis 19.00 Uhr

Wichtige Informationen

- 4. Mai bis 7. September 2016, immer mittwochs um 18.00 Uhr
- im Geislinger Stadtpark
- Dauer zirka eine Stunde
- kostenloses Angebot
- ohne Anmeldung
- für alle Altersgruppen geeignet
- bequeme Freizeit- oder Sportbekleidung empfehlenswert
- die jeweilige Veranstaltung entfällt ersatzlos bei Regen

KOSTENLOS & OHNE ANMELDUNG

Mit freundlicher Unterstützung der **GEISLINGER ZEITUNG**



Monat	Datum	Ferien	Kurs	Name Übungsleiter	Verein	Bemerkung
Mai	Mi., 4. 5. 2016		4XF Functional Training	Kai Weible	TVA	Auftaktveranstaltung
Mai	Mi., 11. 5. 2016		LaGym	Bärbel Weiss	TVA	
Mai	Mi., 18. 5. 2016	Pfingsten	Line Dance	Uwe Wagner	VHS	
Mai	Mi., 25. 5. 2016	Pfingsten	Fit am Abend	Ute Neuburger	TG	
Juni	Mi., 1. 6. 2016		Ultimate Frisbee	Kai Weible	TVA	
Juni	Mi., 8. 6. 2016		Volleyball	Markus Wüster	TVA	
Juni	Mi., 15. 6. 2016		Boule	Mokis (Günther Lehle)	TG	
Juni	Fr., 17. 6. 2016		Citylauf		TG	An der DS-Realschule, kostenpflichtig, Anmeldung notwendig
Juni	Mi., 22. 6. 2016		4XF Functional Training	Kai Weible	TVA	
Juni	Mi., 29. 6. 2016		Zumba®	Elias Nuñez Jorge	VHS	
Juli	Mi., 6. 7. 2016		Volleyball	Markus Wüster	TVA	
Juli	Mi., 13. 7. 2016		Core Stability	Ulrike Schweizer-Ehrhardt	TG	Isomatte mitbringen
Juli	Mi., 20. 7. 2016		LaGym	Bärbel Weiss	TVA	
Juli	Mi., 27. 7. 2016		Yoga	Brigitte Sachsenmaier	TVA	
Juli	Sa., 30. 7. 2016	Sommer	Ballsporttag	verschiedene	TVA	im 5-Täler-Bad; Handball und andere Ballsportarten
August	Mi., 3. 8. 2016	Sommer	Boule	Mokis (Günther Lehle)	TG	
August	Mi., 10. 8. 2016	Sommer	Volleyball	Stephan Schweizer	TG	
August	Mi., 17. 8. 2016	Sommer	5 Esslinger	Erika Schlumpberger-Hofmann	TG	
August	Mi., 24. 8. 2016	Sommer	Tabata – Fit for fun	Sabine Renner	VHS	Gymnastikmatte oder großes Handtuch
August	Mi., 31. 8. 2016	Sommer	Badminton	Mario Hirner	TVA	
September	Mi., 7. 9. 2016	Sommer	Yoga	Brigitte Sachsenmaier	TVA	