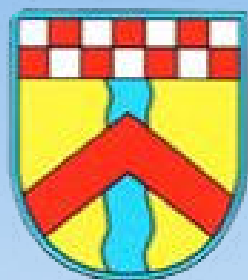


SPORT

IM PARK ENNEPETAL
20.07. BIS 01.09.2026



„SPORT IM PARK“
IST EIN KOSTENLOSES UND OFFENES
BEWEGUNGSANGEBOT FÜR ALLE
UNTRAINIERTEN UND TRAINIERTEN
ENNEPETALER:INNEN ALLER
ALTERSGRUPPEN.

MACH MIT UND BLEIB FIT!

weitere Informationen unter:
www.ssv-ennepetal.de

Aroha

Dienstags von 19.00 bis 20.00 Uhr

21.07. + 28.07. + 04.08. + 11.08. + 18.08. + 25.08. + 01.09.

- Ursula Grote
- Treffpunkt: Jahnportplatz, Loher Str. 25, 58256 Ennepetal
- Zielgruppe: Erwachsene



Park Sportabzeichen

Dienstags von 18.00 bis 20.00 Uhr: 28.07. + 11.08. + 25.08.

Sonntags von 10.00 bis 12.00 Uhr: 09.08.

- Team der Sportabzeichen Prüfer:innen
- Treffpunkt: Bremenstadion, Bremenplatz 33, Ennepetal
- Zielgruppe: Kinder, Jugendliche und Erwachsene



Yoga

Freitags von 18.00 bis 19.30 Uhr

24.07. + 31.07. + 07.08. + 14.08. + 21.08. + 28.08.

- Birgitta Sager
- Treffpunkt: Wurfanlage am Dorma-Sportpark (zwischen Stadion & Sporthalle)
- Zielgruppe: Erwachsene
- bitte Matte und Handtuch mitbringen



Allround Fit

Kräftigungs-, Koordinations- und Bewegungstraining



Dienstags von 17.00 bis 18.00 Uhr

21.07. + 28.07. + 04.08. + 11.08. + 18.08. + 25.08. + 01.09.

- Petra Wetzig
- Treffpunkt: Bremenstadion, Bremenplatz 33, Ennepetal
- Zielgruppe: Das Angebot ist für alle ab 50 Jahren. (Wieder-) Einsteiger:innen sind herzlich Willkommen.

Funktionstraining

Funktionsgymnastik fördert den Erhalt der Muskulatur, des Gleichgewichtes und der allgemeinen Fitness.



Donnerstags von 09.00 bis 10.00 Uhr

23.07. + 30.07. + 06.08. + 13.08. + 20.08. + 27.08.

- Nicole Spilker
- Treffpunkt: Bremenstadion, Bremenplatz 33, Ennepetal
- Zielgruppe: Männer ab 60 Jahren

Nordic Walking

Mittwochs um 18.00

29.07. + 19.08.

- Petra Steffen-Mester und Birgit Beer-Gärtner
- Treffpunkt: Heilenbecker Talsperre
- Zielgruppe: Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- Hinweis: kann für das Deutsche Sportabzeichen verwendet werden



Allgemeine Hinweise

- bringe für dich Getränke und ggf. ein Handtuch oder eine Sport-/Isomatte mit.
- vor Ort gibt es keine Toiletten sowie Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten genutzt werden können.
- nehme an den Sportangeboten nur teil, wenn du dich gesund und fit fühlst.
- bitte beachte, dass du während der Sportangebote nicht über den StadtSportverband versichert bist. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
- Während der Sportangebote könnten Foto- und Videoaufnahmen angefertigt werden. Hierbei steht das Sportereignis im Vordergrund und nicht einzelne Personen.



<https://www.ssv-ennepetal.de>