

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

Schlingentraining
mit Heike / Wolfgang

Sonntags 16:00-17:00 Uhr
Wiese Calauer Straße /
Finstenwalder Straße

Einfach hinkommen - einfach mitmachen!

04. Juni 2021 bis September / Oktober

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.
„Die Fitmacher“
Senftenberger Ring 53
13435 Berlin

Tel.: 030 - 415 68 67

E-Mail: info@tsv-berlin-wittenau.de

www.tsv-berlin-wittenau.de

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

RückenFit
mit Jennifer

Freitags 11:00-12:00 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Spiel dich FIT!
mit Elvan und Tutku

Freitags 17:00-18:30 Uhr
Kienhorstpark (gegenüber
BFC Alemannia 1890 e.V.)

Crosstraining light
mit Martin

Samstags 10:00-11:00 Uhr
Triptpark (Mittelwiese)

QiGong
mit Petra / Stefan

Samstags 11:00-12:30 Uhr
Triptpark (Mittelwiese)

**Gewaltprävention /
Selbstverteidigung** mit Lars

Samstags 12:30-14:00 Uhr
Triptpark (Mittelwiese)

Stretch & Relax
mit Martin

Samstags 11:30-12:30 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Mehr Informationen findest du auf

sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport
finanziert und von der AOK Nordost - Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021



TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.

RückenFit
mit Birgit

Samstags 17:00-18:00 Uhr
Kienhorstpark

BodyPower
mit Birgit

Samstags 18:00-19:00 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Dancing in the Park
mit Stephan

Sonntags 10:00-11:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Crosstraining light
mit Stephan

Sonntags 11:00-12:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Spiel & Spaß für Kinder ab 4
mit Jessica

Sonntags 10:00-11:00 Uhr
und 11:00-12:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Mädchen-Fußball
mit Elvan und Tutku

Sonntags 10:00-12:00 Uhr
Kienhorstpark (gegenüber
BFC Alemannia 1890 e.V.)

Mehr Informationen findest du auf

sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport
finanziert und von der AOK Nordost - Die Gesundheitskasse unterstützt.



RAUS MIT DIR!

Über 200 kostenlose
Bewegungsangebote
in mehr als 100 Parks.
sportimpark.berlin.de
[#sportimparkberlin](https://www.instagram.com/sportimparkberlin)



**SPORT
IM PARK**



SPORTMETROPOLE

BERLIN



UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.



Einfach hinkommen - einfach mitmachen!

Kostenloses Gesundheits- und Fitnesstraining sowie Spiel & Spaß für alle Altersgruppen. Start am 04. Juni 2021 bis September/Oktober.

Das Projekt richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung. Tragen Sie Freizeit- oder Sportkleidung und bringen Sie Getränke sowie ggf. ein Handtuch oder eine Sportmatte mit. Wenn Sie lange nicht mehr sportlich aktiv waren, sollten Sie vorher Ihren Hausarzt befragen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Es gibt keine WC-, Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten. Bitte hinterlassen Sie die Parkanlage sauber. Das Training dauert circa eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt – auch in den Schulferien. Bitte informieren Sie sich online zu möglichen Unwetterwarnungen bzw. Ausfällen.

Bitte informieren Sie sich vorab über die aktuellen CORONA-Einschränkungen!

www.sportimpark.berlin (aktuelle Infos TSV Berlin-Wittenau)

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.



Trimm Dich Pfad mit Elke

Montags 09:30-10:30 Uhr
Steinbergpark (Sackgasse-
Rosentreterpromenade)

NaturPur! Walking mit Elke

Montags 10:30-11:30 Uhr
Steinbergpark (Sackgasse-
Rosentreterpromenade)

Boule mit Bianca und Beate
ab 14.06.2021

Montags 16:30-17:30 Uhr
und 17:30-18:30 Uhr
Stadtplatz Märkisches Viertel
(Viertel Box)

RückenFit mit Chris

Montags 17:00-18:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Rollator-Fit mit Dagmar

Dienstags 09:00-10:00 Uhr
Hinterhof Senftenberger Ring 40a
(in der TSV-Halle)

Bewegter Start in den Tag
mit Heike

Mittwochs 10:00-11:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.



RückenFit
mit Heike

Mittwochs 11:00-12:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Bodypower
mit Dani

Mittwochs 18:30-19:30 Uhr
Vereinsgelände Königshorster
Straße (neben der Beachhalle)

Dancing in the Park
mit Sigrun

Donnerstags 18:00-19:00 Uhr
Wiese am Rathaus Reinickendorf

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK 2021

TSV Berlin-Wittenau 1896 e.V.



KinderDisco
mit Betty / Antonia

Donnerstags 17:00-18:00 Uhr
Wiese Calauer Straße /
Finsterwalder Straße

BodyFit
mit Jennifer

Donnerstags 17:30-18:30 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Nordic Walking
mit Chris
(bitte Stöcke mitbringen)

Freitags 17:00-18:30 Uhr
Greenwichpromenade Tegel
(rote Telefonzelle)

Mehr Informationen findest du auf

[sportimpark.berlin.de](http://www.sportimpark.berlin.de) #sportimparkberlin

„Sport im Park“ wird von der Senatsverwaltung für Inneres und Sport finanziert und von der AOK Nordost – Die Gesundheitskasse unterstützt.

FunctionalFitness
mit Jennifer

Donnerstags 16:30-17:30 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

Parkour
mit Jonas und Johann

Donnerstags 17:00-19:00 Uhr
comet Kinders Jugend- und
Familienzentrum

NaturPur! Walking
mit Jennifer

Freitags 10:00-11:00 Uhr
Kienhorstpark (hinter dem
Parkplatz des Paracelsusbad)

