



SPORT IM PARK

Über 250 kostenlose und inklusive
Bewegungsangebote in mehr als
80 Parks und Bewegungsflächen
von Mai bis Oktober 2024

sportimpark.berlin.de
#sportimparkberlin



SPORTMETROPOLE

BERLIN



Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und
den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK INKLUSIV 2024



TSV Berlin-Wittenau 1896

Einfach hinkommen und einfach mitmachen!
Projektdauer: 02.05.2024 – 31.10.2024

Kostenlose und unverbindliche Gesundheits- und Fitnessstraining sowie Spiel & Spaß für alle Altersgruppen erwarten euch. Sucht euch ein passendes Angebot aus und kommt einfach vorbei und macht einfach mit. Wir freuen uns auf euch.

Ihr braucht nur bequeme Kleidung, vielleicht was zum Trinken und schon kann es los gehen. Bei einigen Angeboten ist vielleicht noch eine Matte oder ein Handtuch hilfreich.

Wenn ihr lange nicht mehr sportlich aktiv gewesen seid, solltet ihr vorher einen Arzt befragen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Es gibt keine WC-, Dusch oder Umkleidemöglichkeiten. Bitte hinterlasst die Grünanlage sauber. Das Training dauert ca. 1 Stunde und findet bei jedem Wetter statt - auch in den Schulferien. Bitte informiere dich online über möglich Absagen oder Änderungen.



tsv-berlin-wittenau.de

oder



über unseren WhatsApp Kanal

Mehr Informationen findest du auf

 sportimpark.berlin.de [#sportimparkberlin](https://twitter.com/sportimparkberlin)

Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke.



ALLGEMEINES
BEWEGEN



GEHEN, LAUFEN
& WALKEN



BEWEGTE KIDS
& FAMILIE



BEWEGEN
MIT BALL



GESUND
IM ALTER



KÖRPERBEWUSSTSEIN
& ENTSPANNUNG



BEWEGEN
MIT MUSIK

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK INKLUSIV 2024



TSV Berlin-Wittenau 1896

Trimm Dich Pfad mit Elke

Montag 09.30 - 10.30 Uhr
Steinbergpark
(Sackgasse Rosentreterpromeade)

Walking mit Bernd

Montag 10.30 - 11.30 Uhr
Steinbergpark
(Sackgasse Rosentreterpromeade)

Rückenfit mit Christian

Montag 17.00 - 18.00 Uhr
Wiese Rathaus Reinickendorf/
Peter-Witte Park

Power Fit mit Christin
(ab 13.05.2024)

Montag 17.15 - 18.15 Uhr
Triftpark

Trimm Dich Pfad mit Annette
(für Einsteiger)

Dienstag 10.00 - 11.00
Kienhorstpark
(Treffpunkt am Schwanenteich)

Trimm Dich Pfad mit Annette

Dienstag 11.00 - 12.00
Kienhorstpark
(Treffpunkt am Schwanenteich)

Mehr Informationen findest du auf

 sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke.



ALLGEMEINES
BEWEGEN



GEHEN, LAUFEN
& WALKEN



BEWEGTE KIDS
& FAMILIE



BEWEGEN
MIT BALL



GESUND
IM ALTER



KÖRPERBEWUSSTSEIN
& ENTSPANNUNG



BEWEGEN
MIT MUSIK

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK INKLUSIV 2024



TSV Berlin-Wittenau 1896

Cross Fit mit Sigrun
(bis Ende Sep.)

Dienstag 17.00 - 18.00 Uhr
Wiese Rathaus Reinickendorf /
Peter-Witte Park

Dancing in the Park mit Sigrun
(bis Ende Sep.)

Dienstag 18.00 - 19.00 Uhr
Wiese Rathaus Reinickendorf /
Peter-Witte Park

Walking mit Marlies

Mittwoch 09.30 - 10.30 Uhr
Steinbergpark

Nordic Walking mit Marlies
(Stöcker können gestellt werden)

Mittwoch 10.30 - 11.30 Uhr
Steinbergpark

Bewegter Start mit Eva

Mittwoch 10.00 - 11.00 Uhr
Hof Eichhorster Weg/Wilhelmsr.
Damm (GESOBAU Gelände)

Rückenfit mit Eva

Mittwoch 11.00 - 12.00
Hof Eichhorster Weg/Wilhelmsr.
Damm (GESOBAU Gelände)

Mehr Informationen findest du auf

 sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke.



ALLGEMEINES
BEWEGEN



GEHEN, LAUFEN
& WALKEN



BEWEGTE KIDS
& FAMILIE



BEWEGEN
MIT BALL



GESUND
IM ALTER



KÖRPERBEWUSSTSEIN
& ENTSPANNUNG



BEWEGEN
MIT MUSIK

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK INKLUSIV 2024



TSV Berlin-Wittenau 1896

Tretroller fahren mit Annette und Katrin
(nur für Erwachsene)
Mittwoch 17.00 - 18.00 Uhr & 18.00
- 19.00 Uhr
TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Hula Hoop mit Tanja
(ab 15.05. | Pause 02.06. -
17.06.2024)

Mittwoch 16.45 - 17.45 Uhr
Bürgerpark Pankow hinter
dem Spielplatz

Fit & Vital mit Janina
(Hockergymnastik)

Donnerstag 17.00- 18.00
TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Bewegter Feierabend mit Janina

Donnerstag 18.00 - 19.00

TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Fußball für alle mit Piri

Donnerstag 16.00 - 17.00 Uhr &
17.00 - 18.00 Uhr
Klixarena
Zobeltitzstraße, 13403 Berlin

Bewegter Start mit Heike
(bis Ende Sep.)

Freitag 10.00 - 11.00 Uhr
Wiese Rathaus Reinickendorf /
Peter-Witte Park

Mehr Informationen findest du auf

 sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke.



ALLGEMEINES
BEWEGEN



GEHEN, LAUFEN
& WALKEN



BEWEGTE KIDS
& FAMILIE



BEWEGEN
MIT BALL



GESUND
IM ALTER



KÖRPERBEWUSSTSEIN
& ENTSPANNUNG



BEWEGEN
MIT MUSIK

UNSERE VERANSTALTUNGEN SPORT IM PARK INKLUSIV 2024



TSV Berlin-Wittenau 1896

Rückenfit mit Heike
(bis Ende Sep.)

Freitag 11.00 - 12.00
Wiese Rathaus Reinickendorf /
Peter-Witte Park

Nordic Walking mit Christian
(Mit eigenen Stöcken durch den
Wald)

Freitag 17.00 - 18.30 Uhr
Greenwichpromenade

QiGong mit Petra

Samstag 11.00 - 12.30 Uhr
Triftpark

Boule mit Lothar

Samstag 10.00 - 12.00 Uhr
TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Spiel & Spaß für Kinder bis 6 Jahre
mit Martin

Sonntag 10.00 - 12.00 Uhr
TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Radeln im sicheren Rahmen mit Jessi
(Erster Kontakt mit Lauf-/ Fahrrad für Kinder bis 6)

Sonntag 10.00 - 12.00 Uhr
TSV Vereinsgelände i.d.
Königshorster Straße
(hinter dem Fußballplatz)

Mehr Informationen findest du auf

 sportimpark.berlin.de #sportimparkberlin

Mit freundlicher Unterstützung von Grün Berlin und den Grünflächenämtern der Berliner Bezirke.



ALLGEMEINES
BEWEGEN



GEHEN, LAUFEN
& WALKEN



BEWEGTE KIDS
& FAMILIE



BEWEGEN
MIT BALL



GESUND
IM ALTER



KÖRPERBEWUSSTSEIN
& ENTSPANNUNG



BEWEGEN
MIT MUSIK