

# Angebote: vom 03.06. bis 30.08.2019 (Sommerferien durchgängig)

## MONTAG

**Power-Workout\***, Stauteich II, Otto-Brenner-Str./Nachtigallenstr.  
17.00 - 18.00 Uhr  
TuS Ost / Katharina Hunger

**Pilates\***, Stauteich II, Otto-Brenner-Str./Nachtigallenstr.  
18.00 - 19.00 Uhr  
TuS Ost / Katharina Hunger

### Sportabzeichen, Sportanlage Rußheide

17.00 - 19.00 Uhr  
Ansprechpartner: Ingeborg Hupel / 0152 - 01325664

### Sportabzeichen, Sportplatz Brake

ab 18.00 Uhr  
Ansprechpartner: Bernd Pilske / 0521 - 761888

## DIENSTAG

**Yoga im Park\***, Botanischer Garten, Gartenhof  
17.15 - 18.15 Uhr  
BellZett / Sandra Weber

**Zumba im Park\***, Bürgerpark Ummeln  
17.30 - 18.30 Uhr  
VfL Ummeln / Petra Gronemeier

**Sommer-Fitness\***, Grünanlage, Finnbahn in Quelle  
17.30 - 18.30 Uhr  
Bielefeld Aktiv Gesund / Lavinia Tugal

**Ganzheitliches Fitnessstraining\***, Grünzug Bültmannshofschule  
18.00 - 19.00 Uhr  
TSVE / Marion Groß

### Sportabzeichen, Senne I / BPI-Arena / Am Waldbad

17.00 - 19.00 Uhr  
Ansprechpartner: Eberhard Kruse / eberhard@bielefeldenkreis.de

### Sportabzeichen, Sportplatz Ubbedissen

18.00 - 19.30 Uhr  
Ansprechpartner: Andrea Schröder / 0173 - 5421452

## MITTWOCH

**Pilates\***, Meierteich, Rasenfläche Jöllenbecker Str.  
17.00 - 18.00 Uhr  
BTG / Patricia Reinhardt

**Fit und Stark im Park\***, Stadtpark Brackwede, Spielplatz  
17.00 - 18.00 Uhr  
SV Brackwede / Caroline Schwarzer

**Rücken-Training\***, Freizeitzentrum Stieghorst, Wiese daneben  
18.00 - 19.00 Uhr  
TuS Hillegossen / Jolanta Uibel

**Familien-Fitness\***, Sennestadt, Ost-West-Grünzug  
18.00 - 19.00 Uhr  
ASV Atlas / Alex Zilke

### Sportabzeichen, BTG Sportplatz / Am Brodhagen

15.00 - 18.00 Uhr  
Ansprechpartner: Klaus Neuhaus / 0521 - 883005

### Sportabzeichen, Sennestadt / Stadion Travestraße

18.00 - 19.30 Uhr  
Ansprechpartner: Eberhard Bensch / 05205 - 4811

### Sportabzeichen, Böllhoff-Stadion / Sauerlandstr.

ab 18.00 Uhr / Jeden 1. Mittwoch im Monat  
Ansprechpartner: Manfred Wittenbrock / 0173 - 2979920

## DONNERSTAG

**Vinyasa Yoga\***, Sennestadt/Vereinshaus Elbeallee 163, Parkplatz  
17.00 - 18.00 Uhr  
Sportfreunde Sennestadt / Nicole Femfert

**Cross-Training\***, Stadtpark Brackwede, Treppenstraße  
18.00 - 19.00 Uhr  
ASV Atlas / Alexander Zilke

**Power-Fitness\***, Obersee, Wiese gegenüber vom Seekrug  
18.00 - 19.00 Uhr  
TG Schildesche / Caroline Schwarzer

## FREITAG

**Qi Gong im Park\***, Nordpark, Rasenfläche vor dem Pavillon  
15.30 - 16.30 Uhr  
BellZett / Susanne Schmitt

## SUNRISE SPECIAL

**24. August 2019, Qi Gong im Botanischen Garten\***, Gartenhof  
06.00 - 07.00 Uhr  
BellZett / Susanne Schmitt

Einfach vorbeikommen und mitmachen -

ganz ohne Anmeldung!

Offen für alle und bei jedem Wetter\*.



\* Ausgenommen sind personengefährdende Wetterlagen (Sturm, Hagel, Gewitter, Starkregen)