



**Auftakt-
veranstaltung
am 11.08.18,
10.00 - 12.00 Uhr
im Park am
Haus Weitmar**



FIT IM PARK Sport für alle

STADTSportBUND
Bochum

Anfragen richten Sie bitte an:

StadtSportbund Bochum e.V.

Westring 32
44787 Bochum

Telefon: 0234 96139-0
Telefax: 0234 96139-99

E-Mail: info@sport-bochum.de
Internet: www.sport-in-bochum.de

Servicezeiten:

Montag – Donnerstag: 9.00 – 17.00 Uhr Freitag: 9.00 – 14.00 Uhr

Kooperationspartner:



„Fit im Park“ – Sport für alle

Capoeira, Nordic Walking, Yoga ... mitten in vier traumhaft schönen Parks kostenlos Sport treiben! Unter fachkundiger Anleitung, gemeinsam mit anderen Sportbegeisterten! Das Projekt „Fit im Park – SPORT FÜR ALLE“ vom 11. bis zum 31.08.2018 macht es möglich.

„Fit im Park“ – das Projekt

„Fit im Park“ ist ein Angebot für alle Bürgerinnen und Bürger Bochums jeden Alters, mit oder ohne Vereinszugehörigkeit. Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Voranmeldung möglich. Zur Teilnahme sind keine Vorerfahrungen nötig.

„Fit im Park“ ist ein Kooperationsprojekt der Stadt Bochum und des StadtSportbundes Bochum e.V. mit Unterstützung des Landessportbundes NRW e.V. Qualifizierte Übungsleiter der Bochumer Vereine stellen ihre Bewegungsangebote vor und laden alle interessierten Bürger und Bürgerinnen ein, mitzumachen. Genießen Sie hier ein unverbindliches und kostenfreies Bewegungsangebot von A bis Z.

Wichtige Hinweise

- Tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie sich ein Getränk mit.
- Bei einigen Bewegungsangeboten wäre ein Handtuch oder eine Isomatte hilfreich.
- Vor Ort stehen keine Toiletten bzw. Dusch-/Umkleidemöglichkeiten zur Verfügung.
- Die Treffpunkte der Bewegungsangebote sind gekennzeichnet.
- Die Teilnahme ist jederzeit möglich. Es ist jedoch empfehlenswert, im Vorfeld Ihren Hausarzt zu befragen.
- Die Bewegungsangebote finden immer statt – Ausnahme: Unwetter!
- Aktuelle Informationen finden Sie auch unter www.sport-in-bochum.de

Auftaktveranstaltung

„Fit im Park“ wird offiziell im Rahmen einer Auftaktveranstaltung am 11.08.2018, 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr, Park am Haus Weitmar eröffnet. Vereine stellen dort ihre Angebote vor. Weitere Informationen finden Sie unter www.sport-in-bochum.de.

Stadtpark Bochum Wiese gegenüber der Hildegardisschule

Montags (13.08., 20.08., 27.08.)

Lacrosse – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
18.30 – 20.00 Uhr
Bochum Lacrosse e.V.

Discgolf – für jedes Alter
17.00 – 20.00 Uhr
LFC Laer 06 Bochum e.V.

Dienstags (14.08., 21.08., 28.08.)

Capoeira – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
18.00 – 20.00 Uhr
Biriba-Brasil de Bochum e.V.

Ultimate Frisbee – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
18.00 – 20.00 Uhr
TV Frisch-Auf Altenbochum e.V.

Freitags (17.08., 24.08., 31.08.)

Capoeira – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
18.00 – 20.00 Uhr
Biriba-Brasil de Bochum e.V.

Samstags (18.08., 25.08.)
American Football – für jedes Alter
14.00 – 16.00 Uhr
Bochum Rebels e.V.

Volkspark Langendreer an der Minigolfanlage

Mittwochs (15.08., 22.08., 29.08.)

Discgolf – für jedes Alter
17.00 – 20.00 Uhr
LFC Laer 06 Bochum e.V.

Freitags (17.08., 24.08., 31.08.)

Fußball – für Kinder
18.00 – 19.00 Uhr
SV Langendreer 04 Fußball e.V.

Freitags (17.08., 24.08., 31.08.)

Laufen für Anfänger – für jedes Alter
18.00 – 19.00 Uhr
SV Langendreer 04 Leichtathletik e.V.

Stadtgarten Wattenscheid am Ententeich

Sonntags (12.08., 19.08., 26.08.)

Boule – für jedes Alter
10.00 – 12.00 Uhr
TV Wattenscheid 01 e.V.

Dienstags (14.08., 21.08.)

Voll(ey)-Cool – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
16.00 – 17.30 Uhr
Turnbund Höntrop 1887 e.V.

Dienstags (14.08., 21.08., 28.08.)

Schach – für jedes Alter
14.30 – 17.00 Uhr
Schachverein Wattenscheid 1930 e.V.

Boule – für jedes Alter

14.00 – 17.00 Uhr
TV Wattenscheid 01 e.V.

Dienstags (14.08., 21.08., 28.08.)

Jiu-Jitsu (Selbstverteidigung in Alltagssituationen) – für Jugendliche, junge Erwachsene
19.30 – 21.00 Uhr
Zen-Ki-Budo e.V.

Donnerstags (16.08., 23.08.)

Voll(ey)-Cool – für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene
16.00 – 17.30 Uhr
Turnbund Höntrop 1887 e.V.

Donnerstags (16.08., 23.08., 30.08.)

Boule – für jedes Alter
14.00 – 17.00 Uhr
TV Wattenscheid 01 e.V.

Park am Haus Weitmar Eingang Museum unter Tage

Montags (13.08., 20.08., 27.08.)

Nordic Walking – für jedes Alter
18.00 - 19.00 Uhr
Linden-Dahlhauser Turnverein e.V.

Fitness und Aerobic – für jedes Alter

16.00 - 17.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Kinderturnen – für Kinder

15.00 - 16.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Dienstags (14.08., 21.08., 28.08.)

Wogging (Walking) – für jedes Alter
10.00 - 11.00 Uhr
Sportvereinigung Eppendorf 1885. e.V.

Mittwochs (15.08., 22.08., 29.08.)

Nordic Walking – für jedes Alter
19.00 - 20.15 Uhr
BSV Skigilde Bochum e.V.

Mittwochs (15.08., 22.08., 29.08.)

Kindertanz – für Kinder
17.00 - 18.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Dance im Park – für Jugendliche, junge Erwachsene

18.00 - 20.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Yoga – für jedes Alter

10.15 - 11.15 Uhr
Sportvereinigung Eppendorf 1885 e.V.

Donnerstags (16.08., 23.08., 30.08.)

Nordic Walking – für jedes Alter
18.30 - 19.30 Uhr
DUC Wattenscheid e.V.

Kinderturnen – für Kinder

16.00 - 17.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Freitags (17.08., 24.08., 31.08.)

Yoga-Fitness – für Jugendliche bis Erwachsene
18.00 - 19.00 Uhr
Linden-Dahlhauser Turnverein e.V.

Freitags (17.08., 24.08.)

Speedminton – für Jugendliche, junge Erwachsene
16.00 - 17.00 Uhr
TV Jahn Weitmar 1893 e.V.

Samstags (11.08., 18.08., 25.08.)

Functionaltraining – für Jugendliche bis Erwachsene
10.00 – 11.00 Uhr
Linden-Dahlhauser Turnverein e.V.

„Fit im Park“ – Veranstaltungsorte

Stadtpark Bochum

Wiese vor der Hildegardisschule
Hildegardisschule
Klinikstraße 1
44791 Bochum

Park am Haus Weitmar

Eingang Museum unter Tage
Nevelstraße 29D
44795 Bochum

Volkspark Langendreer

an der Minigolfanlage
Dördelstraße 26-38
44892 Bochum

Stadtgarten Wattenscheid

am Ententeich
Zugang über den Weg neben der
Parkstraße 52
44866 Bochum

