

Sport im Park ist ein unverbindliches und kostenloses Bewegungsangebot für Sportbegeisterte aller Altersgruppen. Das Projekt richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Tipps und Informationen

Das Training dauert normalerweise rund eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt. Die Angebote werden von qualifizierten Trainer:innen durchgeführt. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Wenn ihr lange nicht mehr sportlich aktiv wart, solltet ihr vorher eure Hausärztin oder euren Hausarzt befragen.

Ihr solltet geeignete Kleidung tragen und ein Getränk mitbringen. Es gibt vor Ort normalerweise keine Toiletten und keine Dusch- oder Umkleemöglichkeiten.

Bitte beachtet, dass ihr während der Angebote nicht über die Veranstalter versichert seid. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Es werden Foto- und/oder Videoaufnahmen erstellt. Diese werden im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit für die Website, Social Media und in Printmedien veröffentlicht. Solltet ihr damit nicht einverstanden sein, teilt dies bitte unmittelbar vor Ort mit - es wird selbstverständlich Rücksicht darauf genommen.

EIN PROJEKT VON



Telefon: 02831.92 83 00
info@ksb-kleve.de

UNSERE PARTNER



GELDERN

SPORT
IM PARK

© LSB NRW / Andrea Bowninkelmann

KOSTENLOS UND DRAUSSEN
VORBEIKOMMEN UND MITMACHEN

JUN
SEP
2026

| DATUM | TAG | BEGINN | ENDE | ANGEBOT | ORT |
|-----------------|------------|--------|-------|---|---|
| 20. Juli 2026 | Montag | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 21. Juli 2026 | Dienstag | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 27. Juli 2026 | Montag | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 28. Juli 2026 | Dienstag | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 03. August 2026 | Montag | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 04. August 2026 | Dienstag | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 10. August 2026 | Montag | 17:30 | 18:30 | Laufen | Flachsbrunnen, Vernum |
| | | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 11. August 2026 | Dienstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 17:00 | 18:30 | HYROX-Einsteigertraining | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 12. August 2026 | Mittwoch | 10:00 | 11:00 | Fitness für Best Ager (60+) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 17:00 | 18:00 | Tai Chi Chuan | Sporthalle Anne-Frank-Straße |
| 13. August 2026 | Donnerstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| 14. August 2026 | Freitag | 10:00 | 11:00 | Fitness für Best Ager (60+) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 14:00 | 18:00 | E-Bike-Tour ² | Bahnhof |
| 17. August 2026 | Montag | 17:30 | 18:30 | Laufen | Flachsbrunnen, Vernum |
| | | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 18. August 2026 | Dienstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 19. August 2026 | Mittwoch | 10:00 | 11:00 | Fitness für Best Ager (60+) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 17:00 | 18:00 | Tai Chi Chuan | Sporthalle Anne-Frank-Straße |
| 20. August 2026 | Donnerstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |

| DATUM | TAG | BEGINN | ENDE | ANGEBOT | ORT |
|-----------------|------------|--------|-------|---|---|
| 21. August 2026 | Freitag | 10:00 | 11:00 | Fitness für Best Ager (60+) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 14:00 | 18:00 | Familien-Fahrrad-Tour ² | Bahnhof |
| 24. August 2026 | Montag | 17:30 | 18:30 | Laufen | Flachsbrunnen, Vernum |
| | | 18:00 | 19:00 | Pilates ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 25. August 2026 | Dienstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 17:00 | 18:30 | HYROX-Einsteigertraining | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Rückenfitness ¹ | Kneipp-Gesundheitsgarten, Clemensstraße |
| 16. August 2026 | Mittwoch | 10:00 | 11:00 | Fitness für Best Ager (60+) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 17:00 | 18:00 | Tai Chi Chuan | Sporthalle Anne-Frank-Straße |
| 27. August 2026 | Donnerstag | 09:00 | 10:00 | Functional Fitness | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 10:00 | 11:00 | HIT (Tabata) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 15:00 | 16:00 | Ju Jutsu für jüngere Kinder (5-8 Jahre) und ihre Eltern | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 16:30 | 17:30 | Ju Jutsu für ältere Kinder (9-13 Jahre) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| | | 18:00 | 19:00 | Philippinischer Stockkampf (ab 14 Jahren) | Schulsportanlage, Am Bollwerk |
| 28. August 2026 | Freitag | 14:00 | 18:00 | Fahrrad-Tour für Fortgeschrittene ² | Bahnhof |

- 1 Handtuch oder Sportmatte mitbringen.
2 Helmpflicht

JUNI BIS SEPTEMBER 2026
AQUAFITNESS
 DONNERSTAG, 09:00 BIS 09:45 UHR
 WALDFREIBAD WALBECK
 KNEIPP-VEREIN GELDERLAND E. V.
 Für die Teilnahme an diesem Kurs ist die Schwimmfähigkeit vorausgesetzt.

Kneipp
VEREIN
Gelderland e. V.

© LSB NRW / Andrea Bawinkelmann