



17.05.2022

## Sport im Park startet

---

Das beliebte Programm „Sport im Park“ startet am Mittwoch, 1. Juni 2022, in die neue Saison. Das kostenlose und unverbindliche Angebot der Stadt Neuss wird erstmals an allen sieben Tagen in der Woche angeboten, auch an Feiertagen und in den Sommerferien. Für die Dauer von drei Monaten, bis zum 31. August, stehen insgesamt 15 Angebote pro Woche auf dem Programm, jede Sporteinheit dauert eine Stunde.

### Das Angebot im Überblick:

**Montag:** "Fit werden und bleiben" um 10 Uhr im Nordpark, "Yoga" im Südpark um 10 Uhr, "XCO-Walking" im Jahnstadion um 18.30 Uhr

**Dienstag:** „Allgemeiner Gesundheitssport“ im Südpark um 10 Uhr, „Pilates“ im Stadtgarten um 17 Uhr, "Allgemeines Fitnesstraining" am Teletubbie-Spielplatz in Allerheiligen um 18 Uhr

**Mittwoch:** „Stretching-Workout“ im Stadtgarten um 17.30 Uhr, Wassersport auf dem Sandhofsee mit "Stand-Up-Paddling" und "Kanu" jeweils um 17.30 und 18.30 Uhr

**Donnerstag:** „Qi-Gong“ im Nordpark um 9.30 Uhr, „Functional Training“ in Norf an der Eichenallee um 18 Uhr

**Freitag:** "Yoga" im Stadtgarten um 18 Uhr

**Samstag:** „Fit Mix“ im Südpark um 9 Uhr, „Functional Training“ auf der Bezirkssportanlage in Hoisten um 11 Uhr

**Sonntag:** „Rücken-Fit“ im Südpark um 10 Uhr

Das Sportamt, der Stadtsportverband, die beteiligten Neusser Sportvereine und die Übungsleiter\*innen freuen sich auf die neue Saison von „Sport im Park“. Es wird darum gebeten, während der einzelnen Kurse das Abstandsgebot einzuhalten und bei Erkältungssymptomen nicht an den Veranstaltungen teilzunehmen. Ausführliche Informationen, Aktualisierungen oder Änderungen sind unter [www.neuss.de/sport-im-park](http://www.neuss.de/sport-im-park) und

[www.facebook.com/sportimparkneuss](https://www.facebook.com/sportimparkneuss) abrufbar.

(Stand: 17.05.2022, Kro)

Zur Pressemeldung finden Sie ein Foto in unserem [Bildarchiv](#).

Die Textversion finden Sie: [hier](#).