

Angebote

Spaß an Bewegung gemeinsam mit anderen – das ist das Ziel der Bewegungstreffs! Jeder kann mitmachen, egal wie alt und wie fit, wie lange und wie oft!

► Bewegungstreff für alle

Wir bringen den Kreislauf in Schwung und stärken unseren Körper mit einem vielseitigen Kräftigungsprogramm. Zum Abschluss gibt es Übungen für einen entspannten Start in den Abend.

► Bewegungstreff für jung und junggebliebene

Mit sanften Übungen zu Musik machen wir unsere Muskeln und Gelenke fit und beweglich. Außerdem trainieren wir unseren Gleichgewichtssinn und auch die geistige Fitness kommt nicht zu kurz.

► Bewegungstreff für Kinder

Mit spielerischen Übungen werden die Sinne angeregt und wichtige Bewegungserfahrungen gemacht. Zusammen mit anderen Kindern entdecken wir Spaß an Spiel und Bewegung.

Gut zu wissen

- offen für alle – egal ob Einsteiger oder Geübte
- ohne Anmeldung – einfach vorbeikommen und mitmachen
- Einstieg jederzeit möglich
- kostenfreie Angebote
- bequeme Freizeit- oder Sportbekleidung empfohlen
- keine Unterlage oder Material notwendig
- qualifizierte Kursleitungen
- bei Regen finden die Angebote nicht statt

Die Bewegungstreffs sind gemeinsam vom Projekt Gesunde Südstadt (am Bildungszentrum des Bildungscampus der Stadt Nürnberg) und dem Quartiersmanagement Galgenhof / Steinbühl organisiert und finanziell unterstützt durch die AOK Bayern und die Städtebauförderung.

Projektleitung Verena Karl
 Telefon 09 11 / 23 11 43 61
gesundesuedstadt@stadt.nuernberg.de
www.suedpunkt.nuernberg.de

Quartiersmanagement

Galgenhof / Steinbühl

Quartiersmanagerin Christine Hilderscheid
 Heynestr. 26, 90443 Nürnberg
 Telefon 09 11 / 94 02 73 08
 Mobil 01 70 / 30 50 245
quartiersbuero@galgenhof.nuernberg.de
www.galgenhof.nuernberg.de



Kooperationspartner:



Bildungscampus &
 Quartiersmanagement
 Galgenhof / Steinbühl



Gesunde
 Südstadt
 BEWEGUNGS-
 TREFFS

kostenfrei

Bewegungstreffs
 Jede Woche vom 04. Juli
 bis 28. September 2018

Bewegungstreffs

Von Juli bis September gibt es an drei Standorten in der Südstadt kostenfreie Bewegungsangebote. **Bewegung im Freien – macht Spaß und tut gut!**

Hummelsteiner Park



Hummelsteiner Park

Zugang über
Normannenstraße oder
Langobardenstraße,
90461 Nürnberg



▼ Mittwoch

- 17:00 bis 18:00 Uhr

Bewegungstreff für alle

„Wiese“ Wiesenstraße 19



„Wiese“ - Bluepingu e.V.

Wiesenstraße 19
90443 Nürnberg



▼ Donnerstag

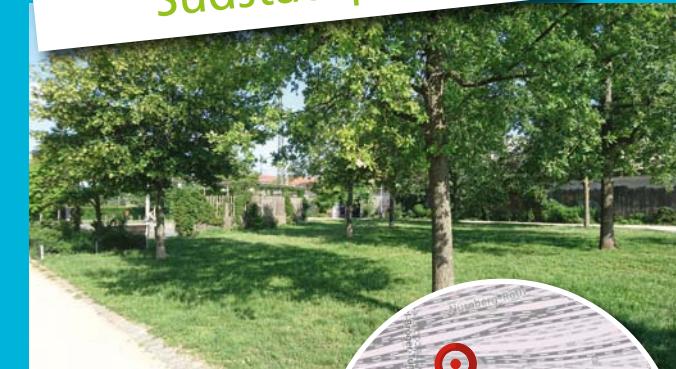
- 15:30 bis 16:30 Uhr

Bewegungstreff für Kinder

- 17:00 bis 18:00 Uhr

Bewegungstreff für alle

Südstadtpark



Südstadtpark

Celtisstraße, auf Höhe
Karl-Bröger-Haus
90459 Nürnberg



▼ Freitag

- 10:00 bis 11:00 Uhr

Bewegungstreff für jung und junggebliebene

- 14:30 bis 15:30 Uhr

Bewegungstreff für Kinder

- 16:00 bis 17:00 Uhr

Bewegungstreff für alle