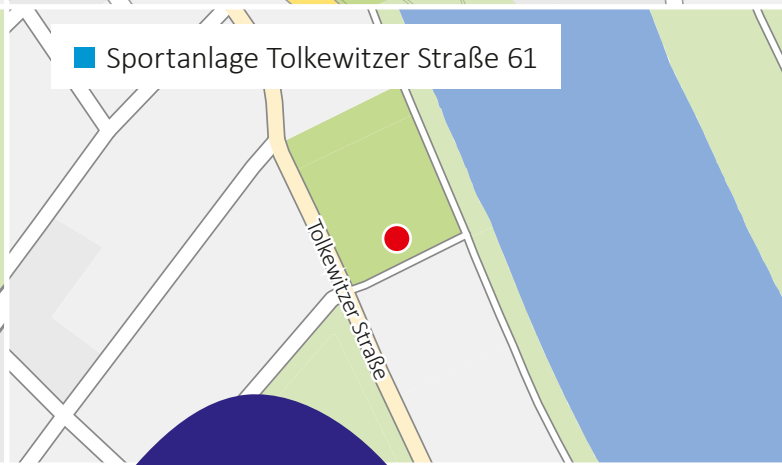
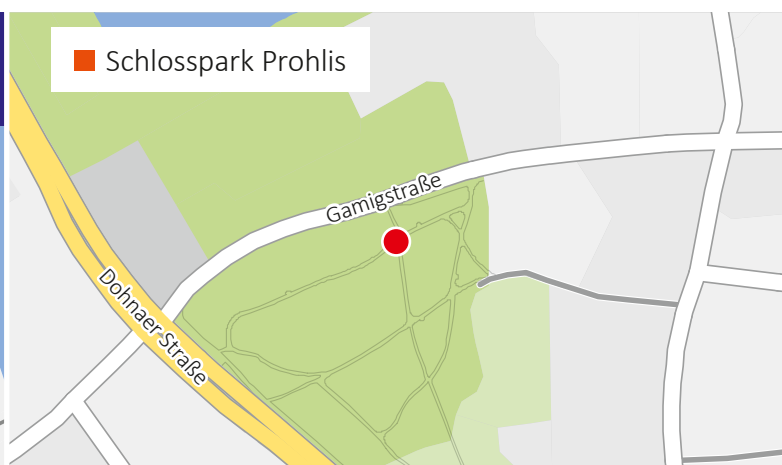
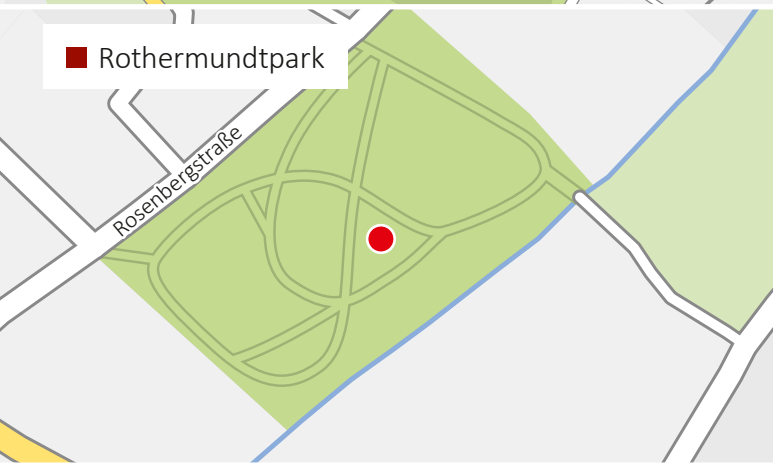


Standorte



FEST DER BEGEGNUNG im Sportpark Ostra | 13. Juni 2023 | 17 Uhr

Am Dienstag, 13. Juni 2023 steht Fit im Park ganz im Zeichen der Special Olympics World Games 2023, die erstmals in Deutschland stattfinden. Dresden ist Hosttown für Puerto Rico.

Seid dabei, wenn sich die Trainingswiese in ein buntes Fest der Begegnung verwandelt. Moderiert durch André und den Morgenmädeln von Radio Dresden begrüßen wir das Nationalteam von Puerto Rico und starten ab 17 Uhr in ein abwechslungsreiches Sport- und Unterhaltungsprogramm.

Bei den Kursen von Fit im Park kann hautnah mit den Olympioniken geschwitzt und gelacht werden. Verschiedenste Sportarten und Aktionen laden zum Probieren und Staunen ein. Mit dabei sind unter anderem die Dresden Monarchs, Breakdancer und Dresden Dukes.

Für alle Laufbegeisterten startet 19 Uhr ein inklusiver Fackellauf vor dem Kongresszentrum auf dem Elberadweg.

Werdet Teil der Special Olympics World Games!

Impressum

Herausgeber:
Landeshauptstadt Dresden

Amt für Gesundheit und Prävention
Telefon (03 51) 4 88 53 01
Telefax (03 51) 4 88 53 03
E-Mail gesundheitsamt@dresden.de

Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll
Telefon (03 51) 4 88 23 90
Telefax (03 51) 4 88 22 38
E-Mail presse@dresden.de

Postfach 12 00 20
01001 Dresden
www.dresden.de
facebook.com/stadt.dresden

Zentraler Behördenruf 115 – Wir lieben Fragen

Redaktion und Gestaltung: Amt für Gesundheit und Prävention

Bildnachweise: AdobeStock (davit85), Amt für Gesundheit und Prävention, Anne Fietkau, Special Olympics World Games Berlin 2023 (Anna Spindelndreier)

Kartengrundlage: Geodaten der Landeshauptstadt Dresden

April 2023

Elektronische Dokumente mit qualifizierter elektronischer Signatur können über ein Formular eingereicht werden. Darüber hinaus gibt es die Möglichkeit, E-Mails an die Landeshauptstadt Dresden mit einem S/MIME-Zertifikat zu verschlüsseln oder mit DE-Mail sichere E-Mails zu senden. Weitere Informationen hierzu stehen unter www.dresden.de/kontakt. Dieses Informationsmaterial ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Landeshauptstadt Dresden. Es darf nicht zur Wahlwerbung benutzt werden. Parteien können es jedoch zur Unterrichtung ihrer Mitglieder verwenden.

www.dresden.de/fit-im-park

Gefördert durch



Fit im Park

Sportlich durch den Sommer
5. Juni bis 27. Juli 2023



Machen Sie mit ...

... bei **Fit im Park** – dem kostenfreien Sport- und Bewegungsangebot der Landeshauptstadt Dresden.

Vom 5. Juni bis 27. Juli 2023 finden auf ausgewählten Grünflächen im Stadtgebiet wieder verschiedene Kurse unter freiem Himmel statt. Hier können Sie Ihre Muskulatur dehnen und kräftigen, Ihre Beweglichkeit fördern und gleichzeitig neue Energie an der frischen Luft tanken.

Die Kurse werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Alle Dresdnerinnen und Dresdner sind herzlich eingeladen – gleich welchen Alters.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!



Kursplan



Montag

Rücken-Fit*
10–11 Uhr
Stadtblickpark Gorbitz

Taekwondo
16.30–17.30 Uhr
Rothermundtpark

Piloxing*
18–19 Uhr
Sportpark Ostra

Let's swing
18–19.30 Uhr
Sportanlage Tolkewitzer
Straße 61

Qi Gong
19.15–20.15 Uhr
Sportpark Ostra

Dienstag

Box dich fit
17 – 18 Uhr
Sportpark Ostra

Ganzkörper-Workout*
18.30–20 Uhr
Sportpark Ostra

Yoga für Einsteiger*
18–19.30 Uhr
Stadtblickpark Gorbitz



Bitte bringen Sie bei den mit einem Sternchen* gekennzeichneten Kursen ein großes Handtuch oder eine Matte mit.

Mittwoch

Qi Gong für Einsteiger
9.30–10.30 Uhr
Schlosspark Prohlis

Knirpse-Fit
16–17 Uhr
Sportpark Ostra

Breakletics*
17.30–18.30 Uhr
Sportpark Ostra

Baseball
18–19.30 Uhr
Sportanlage Tolkewitzer
Straße 61

Dance-Workout
18–19 Uhr
Schlosspark Prohlis

Fitness BauchBeinePo*
19–20 Uhr
Schlosspark Prohlis

Zumba light
19–20 Uhr
Sportpark Ostra



Donnerstag

Sport für Frühaufsteher*
8–9 Uhr
Sportpark Ostra

Guten-Morgen-Yoga*
9–10.15 Uhr
Sportpark Ostra

BuggyFit*
10–11 Uhr
Rothermundtpark

Jumping Fitness
17–18 Uhr
Sportanlage Tolkewitzer
Straße 61

Functional Fitness
18–19.30 Uhr
Sportanlage Tolkewitzer
Straße 61



Hinweise zum Kursangebot

- Bei allen Kursen sind Sportkleidung und eine Trinkflasche erforderlich.
- Bitte achten Sie an heißen/sonnigen Tagen auf Sonnenschutz und reichlich Trinken.
- Die Kurse entfallen bei Starkregen, Sturm und Gewitter – unter www.dresden.de/fit-im-park versuchen wir so früh wie möglich, über eventuelle wetterbedingte Absagen zu informieren.

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigenes Risiko. Mit der Teilnahme wird ausdrücklich auf sämtliche Ansprüche – gleich welcher Art, Höhe oder Rechtsgrundlage – aus Schadensfällen, Verletzungen oder Folgeschädigungen verzichtet. Eine Haftung für den Verlust oder die Beschädigung von Eigentum der Kursteilnehmer/-innen wird ausgeschlossen.

Sie erklären sich damit einverstanden, dass die im Rahmen der Veranstaltungen bzw. Kurse erstellten Fotos oder Filme für Veröffentlichungen der Landeshauptstadt Dresden genutzt werden können.

