



# SPORT FÜR ALLE



Stadt Konz

## 2. Woche (11. September bis 15. September 2023)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8:00		Starte fit und glücklich in den Tag (Stadion Konz)		Starte fit und glücklich in den Tag (Stadion Konz)		
9:00	Walking (Tennisplätze am Stadion)	Qui Gong (Maierspark)	Fit in den Tag (Maierspark)			
10:00	Bodystyle (Saarterrassen)					
16:00	Tischtennis (ab 8 Jahre) (Saar-Mosel-Halle)					
17:00			Yoga - 1,5 Stunden (Wiese am Saar-Mosel-Bad)	Tischtennis (ab 8 Jahre) (Saar-Mosel-Halle)	Yoga für Kinder ab 5 Jahren (Maierspark)	
18:00	Laufen für Anfänger (Saarterrassen)	Qui Gong (Maierspark)	Laufen für Anfänger (Saarterrassen)	Workout und Stretching (Saarterrassen)	Laufen für Anfänger (Saarterrassen) Rückenfit (Maierspark)	
19:00	Laufen für Fortgeschrittene (Saarterrassen)		Laufen für Fortgeschrittene (Saarterrassen)	Pilates (Saarterrassen)	Laufen für Fortgeschrittene (Saarterrassen)	
19:30			Jumping (Gelände TG, Sportpark)			
20:00						