



## Bielefeld kommt raus! Sport im Park

### Termine Crossout Outdoor Training

- Donnerstag, 07. Juni, 18.00 - 19.00 Uhr: Tournee-Start im Bürgerpark (Oetkerpark)
- Samstag, 09. Juni, 15.00 - 16.00 Uhr: Bultkamp-Meile (Wiese am Parkplatz: Lange Straße 60)
- Donnerstag, 14. Juni, 18.00 - 19.00 Uhr: Ravensberger Park (Wiese zwischen Lichtwerk und Museum Huelsmann)
- Samstag, 16. Juni, 15.00 - 16.00 Uhr: Obersee (Sportplatz gegenüber dem Seekrug)
- **Donnerstag, 21. Juni, 05.00 - 06.00 Uhr: Sunrise Training auf der Sparrenburg**
- Donnerstag, 28. Juni, 18.00 - 19.00 Uhr: Bürgerpark (Oetkerpark)

### Termine Yoga im Park

- Donnerstag, 07. Juni, 19.15 – 20.30 Uhr: Tournee-Start im Bürgerpark (Oetkerpark)
- Samstag, 09. Juni, 16.15 -17:30 Uhr: Bultkamp-Meile (Wiese am Parkplatz: Lange Straße 60)
- Donnerstag, 14. Juni, 19.15 – 20.30 Uhr: Ravensberger Park (Wiese zwischen Lichtwerk und Museum Huelsmann)
- Samstag, 16. Juni, 16:15 - 17:30 Uhr: Obersee (Sportplatz gegenüber dem Seekrug)
- **Samstag, 23. Juni, 05.00 - 06.00 Uhr: Sunrise Yoga auf der Sparrenburg**
- Donnerstag, 28. Juni, 19.15 – 20.30 Uhr: Tournee-Abschluss im Bürgerpark

### Fortlaufende Termine

#### Dienstag

- **Walking** Am Pfarracker 17.00 – 18.00 Uhr. Start: 12.6. Wöchentlich bis Ende Juli
- **Qi Gong** Am Pfarracker 17.00 – 18.00 Uhr. Start: 07.08. Wöchentlich bis Ende September

#### Mittwoch

- **Fit 50+** im Bürgerpark 10.00 – 11.00 Uhr. Start: 13.6. Wöchentlich bis Ende September
- **Rückenfit** im Stadtpark Brackwede 16.30 – 17.30 Uhr. Start: 13.06. Wöchentlich bis Ende September
- **Pilates** an den Meierteichen 17.00 – 18.00 Uhr. Start: 13.06. Wöchentlich bis Ende September
- **Tai Chi Chuan** im Nordpark 18.00 – 19.00 Uhr. Start: 13.06. Wöchentlich bis Ende September

Bitte mitbringen: Lust auf Bewegung im Freien, ein Getränk und eine Matte (falls vorhanden).

Alle Infos auf [www.bielefeldkommtraus.de](http://www.bielefeldkommtraus.de) (Unter „Veranstaltungen“ auf den einzelnen Termin klicken.)

#### Veranstalter:

Crossout Outdoor Training [www.crossout.de](http://www.crossout.de) [info@crossout.de](mailto:info@crossout.de)

Sportbund Bielefeld e. V. [www.sportbund-bielefeld.de](http://www.sportbund-bielefeld.de) [ssb@sportbund-bielefeld.de](mailto:ssb@sportbund-bielefeld.de)