

17:00 bis 18:00 Uhr
Volksgarten Stadthalle
Kettle Bell

mit Markus Brandmayr (Fitness Area)
Geeignet ab 16 Jahren

DO., 19. SEPTEMBER

17:00 bis 18:00 Uhr
VHS Pernau, Vorplatz
Komplette Körperdurdarbeitung

mit Monika Köck (ASKÖ)

18:00 bis 19:30 Uhr
Fitnessparcours Reinberg
Rumpf ist Trumpf

mit Bernhard Pühringer (Nativity)

FR., 20. SEPTEMBER

09:00 bis 10:00 Uhr
Burggarten
Meditation, Atmung & Entspannung

mit DI Doris Speigner (Energie in Bewegung Wels)
Geeignet für alle Personen

15:00 bis 16:00 Uhr
Burggarten
YOGA

mit Walter MARTIN (MSV Wels)
Geeignet für alle Personen

16:00 bis 16:45 Uhr
Burggarten
Zumba Kids

mit Agata

17:00 bis 18:00 Uhr
Burggarten
Zumba Fitness

mit Agata und Kathi
Geeignet für Erwachsene

18:00 bis 19:30 Uhr
Fitnessparcours Reinberg
Rumpf ist Trumpf

mit Bernhard Pühringer (Nativity)



„Die Aktion ‚Wels bewegt‘ bietet ein umfangreiches Angebot, um verschiedene Sportarten in den Welscher Parks und Grünanlagen auszuprobieren. Ich hoffe auf zahlreiche Teilnehmer!“

Dr. Andreas Rabl
Bürgermeister



Wer sich bewegt, ist gesünder.
„Ich freue mich, wenn viele Welscherinnen und Welscher dazu animiert werden, draußen etwas für ihre Gesundheit zu tun!“

Vizebürgermeisterin Silvia Huber
Gesundheitsreferentin

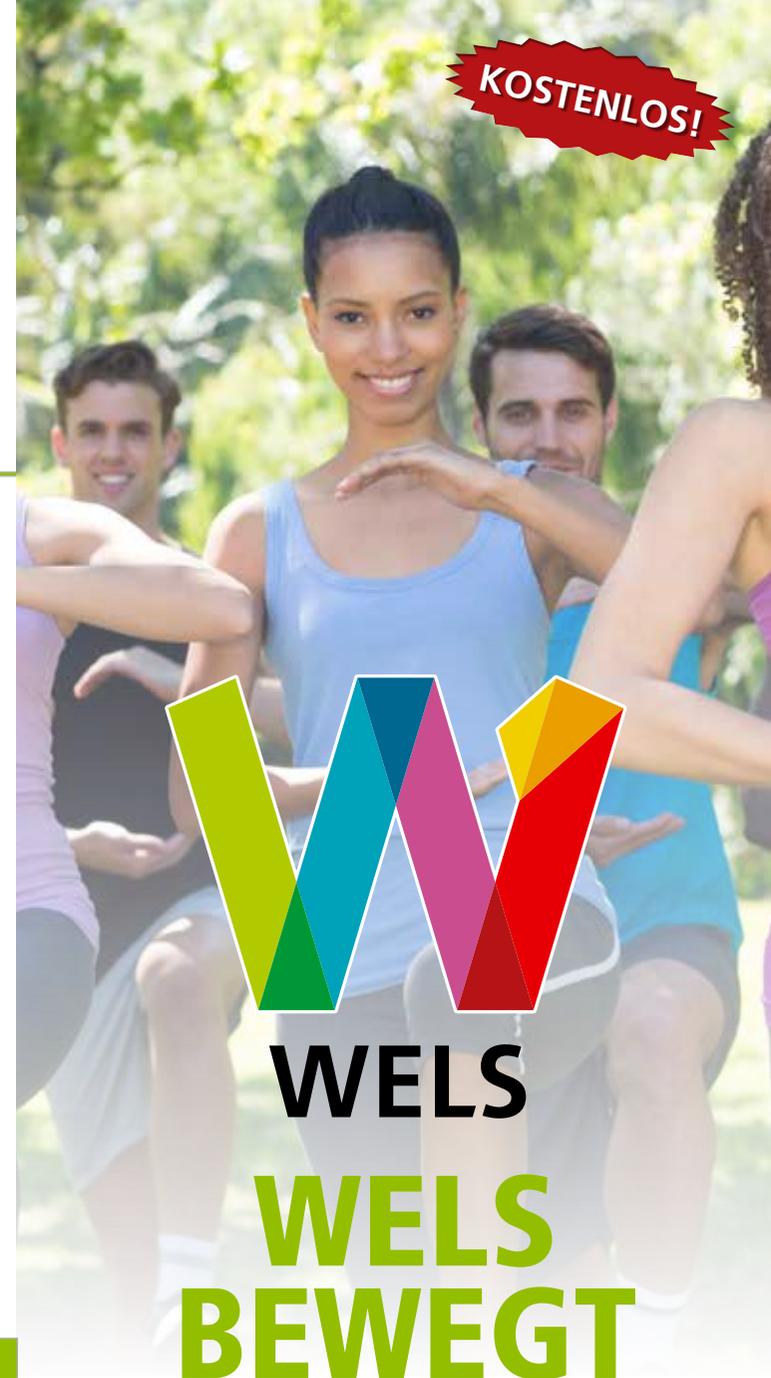


„Gesundes Training an der frischen Luft ist auch in unserer Stadt mehr als angesagt. Ich wünsche der Aktion einen vollen Erfolg und danke für die Organisation!“

Vizebürgermeister Gerhard Kroiß
Sportreferent

Die Teilnahme an den Bewegungseinheiten erfolgt ausschließlich auf eigene Gefahr und es wird seitens der Stadt Wels und des Verbandes, einschließlich Trainer, keinerlei Haftung für Diebstähle sowie sonstige Sach- und Personenschäden übernommen. Der Teilnehmer hat diesbezüglich die Stadt Wels und den Verband vollkommen schad- und klaglos zu halten.

KOSTENLOS!



DIE BEWEGUNGSWOCHEN
VON 9. BIS 20. SEPTEMBER 2019
PROGRAMM

MO., 9. SEPTEMBER

17:00 bis 18:00 Uhr
VHS Pernau, Vorplatz
Komplette Körperducharbeitung
mit Monika Köck (ASKÖ)

DI., 10. SEPTEMBER

15:00 bis 15:45 Uhr
Burggarten
Eltern Kind Tanz
mit Kathi

16:00 bis 17:00 Uhr
Burggarten
Zumba Fitness
mit Agatha und Kathi
Geeignet für Erwachsene

18:30 bis 19:30 Uhr
Dragonerstraße 42
La Blast
mit Tanzschule Santner

MI., 11. SEPTEMBER

15:00 bis 16:00 Uhr
Burggarten
YOGA
mit Walter MARTIN (MSV Wels)
Geeignet für alle Personen

17:00 bis 18:00 Uhr
Volksgarten Stadthalle
Kettle Bell
mit Markus Brandmayr (Fitness Area)
Geeignet ab 16 Jahren

DO., 12. SEPTEMBER

16:00 bis 17:00 Uhr
Volksgarten Stadthalle
Kettle Bell
mit Markus Brandmayr (Fitness Area)
Geeignet ab 16 Jahren

17:00 bis 18:00
VHS Pernau, Vorplatz
Komplette Körperducharbeitung
mit Monika Köck (ASKÖ)

18:00 bis 19:30 Uhr
Fitnessparcours Reinberg
Rumpf ist Trumpf
mit Bernhard Pühringer (Natify)

FR., 13. SEPTEMBER

14:00 bis 15:00 Uhr
Burggarten
YOGA
mit Walter MARTIN (MSV Wels)
Geeignet für alle Personen

SA., 14. SEPTEMBER

09:00 bis 10:30 Uhr
Fitnessparcours Reinberg
Rumpf ist Trumpf
mit Bernhard Pühringer (Natify)

10:00 bis 11:00 Uhr
Volksgarten Stadthalle
Kettle Bell
mit Markus Brandmayr (Fitness Area)
Geeignet ab 16 Jahren

MO., 16. SEPTEMBER

17:00 bis 18:00 Uhr
VHS Pernau, Vorplatz
Komplette Körperducharbeitung
mit Monika Köck (ASKÖ)

DI., 17. SEPTEMBER

09:00 bis 10:00 Uhr
Burggarten
Yoga & Qigong
mit DI Doris Speigner (Energie in Bewegung Wels)
Geeignet für alle Personen

MI., 18. SEPTEMBER

15:00 bis 16:00 Uhr
Burggarten
YOGA
mit Walter MARTIN (MSV Wels)
Geeignet für alle Personen

Die Sporteinheiten sind
KOSTENLOS und finden nur bei
SCHÖNWETTER statt!

Informationen:
wels.at/verwaltung - Wels Aktuell
Tel. +43 7242 235 3980 od. 4302
E-Mail: gd@wels.gv.at



Wels bewegt - Bewegungswochen
von 9. bis 20. September - KOSTENLOS