

17:00 bis 18:00 Uhr
smovey - Volksgarten Stadthalle
mit Elke Wögerbauer

FR., 2. JULI

09:30 bis 10:30 Uhr
Qigong für ein starkes Immunsystem
Welldorado
mit DI Doris Speigner (Energie in Bewegung)

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park - Burggarten
mit Walter Martin

15:30 bis 16:30 Uhr
LaBlast - Dragonerstraße 42
Tanzschule Santner

17:00 bis 17:45 Uhr
Jumping Kids (10 bis 16 Jahre)
Welldorado
mit Agi

Voranmeldung unter Tel. +43 7242 235 3980

18:00 bis 19:00 Uhr
Jumping Fitness (ab 16 Jahre)
Welldorado
mit Agi

Voranmeldung unter Tel. +43 7242 235 3980

17:00 bis 18:30 Uhr
Rumpf ist Trumpf
Fitnessparcours Reinberg
Treffpunkt: 10 Minuten vor Beginn beim Kneippbrunnen
mit Bernhard Pühringer (Natify)

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.

Medieninhaber & Herausgeber: Stadt Wels, 4601 Wels, Stadtplatz 1. Fdlv.: Dienststelle Gesundheitsdienst, Rot-Kreuz-Straße 3, 4600 Wels. Layout: Stabstelle Öffentlichkeitsarbeit der Stadt Wels, Druck: Post-und Kopierservice der Stadt Wels

SA., 3. JULI

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park
Freizeitanlage Wimpassing
mit Walter Martin

16:00 bis 16:30 Uhr
Wassergymnastik
Welldorado
mit Babsy Hofer (SV FlicFlac Wels)

16:30 bis 17:00 Uhr
Wassergymnastik
Welldorado
mit Babsy Hofer (SV FlicFlac Wels)

18:00 bis 19:00 Uhr
Fitness
Volksgarten Stadthalle
mit Markus Brandmayr (Fitnessarea)



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

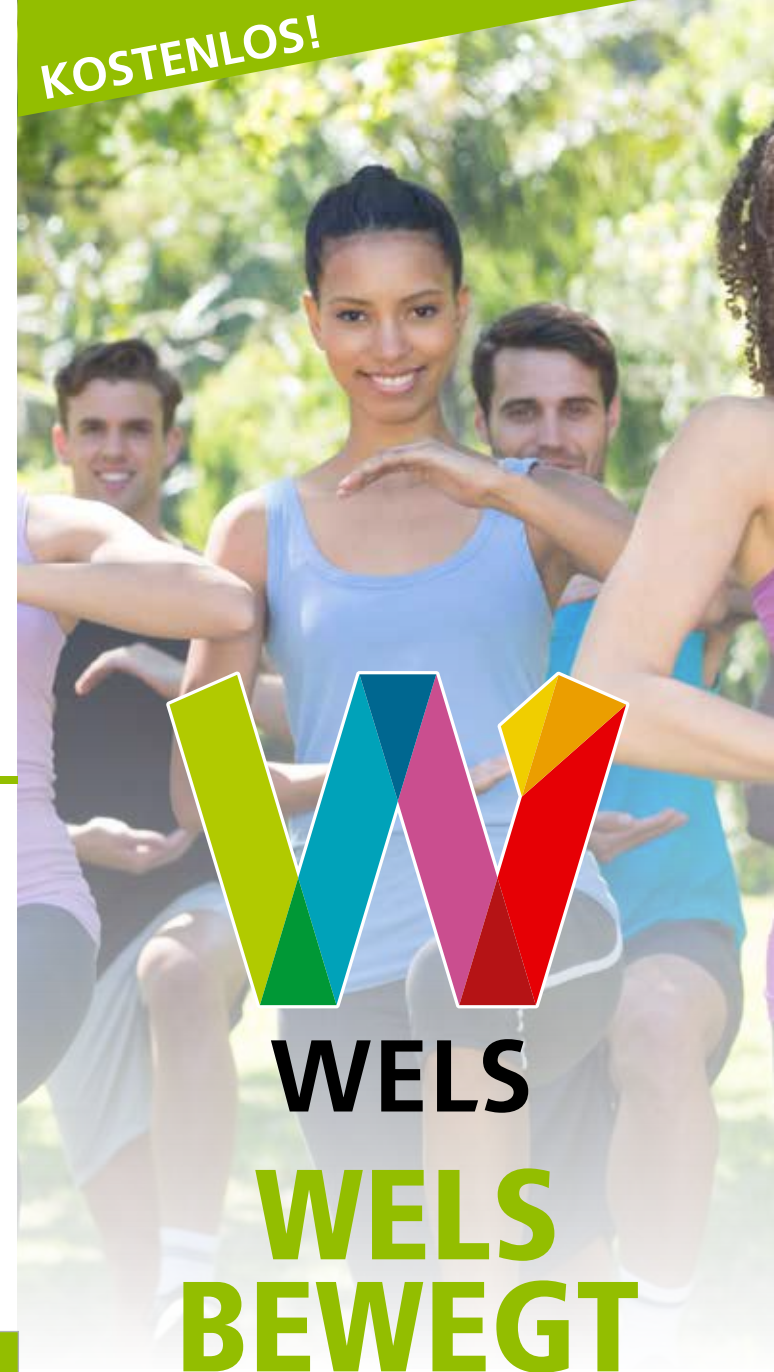
Vizebürgermeisterin Silvia Huber
Gesundheitsreferentin



„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

KOSTENLOS!



WELS
WELS
BEWEGT

DIE BEWEGUNGSWOCHE
VOM 26. JUNI BIS 3. JULI 2021
PROGRAMM

SA., 26. JUNI

10:00 bis 11:30 Uhr
Rumpf ist Trumpf
Fitnessparcours Reinberg
Treffpunkt: 10 Minuten vor Beginn
beim Kneippbrunnen
mit Bernhard Pühringer (Natify)

10:00 bis 11:00 Uhr
Rückenfitness - Burggarten
mit Gerlinde Edlbauer
Eigene Matte/großes Handtuch mitbringen!

MO., 28. JUNI

12:30 bis 13:15 Uhr
Aktiv in der Mittagspause - Am Zwinger
mit DI Doris Speigner (Energie in Bewegung)

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park - Burggarten
mit Walter Martin

16:00 bis 17:00 Uhr
Pilates - Burggarten
mit Gerlinde Edlbauer
Eigene Matte/großes Handtuch mitbringen!

16:00 bis 16:45 Uhr
Eltern-Kind-Tanz (bis 4 Jahre
in Begleitung der Eltern) - Welldorado
mit Kathi

17:00 bis 17:45 Uhr
Zumba® Kids Junior (4 bis 8 Jahre)
Welldorado
mit Agi und Kathi

18:00 bis 18:45 Uhr
Zumba® Kids (8 bis 12 Jahre)
Welldorado
mit Agi und Kathi

19:00 bis 20:00 Uhr
Zumba® Fitness (ab 12 Jahre)
Welldorado
mit Agi und Kathi

17:00 bis 18:00 Uhr
smovey - Volksgarten Stadthalle
mit Elke Wögerbauer

DI., 29. JUNI

09:00 bis 10:00 Uhr
smovey - Tenniszentrum Rosenau (Wiese)
mit Erwin Hofmair

10:00 bis 11:00 Uhr
Functional Fitness
Calisthenics Park Wels, Traunufer
mit Markus Brandmayr (Fitnessarea)

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park - Burggarten
mit Walter Martin

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

MI., 30. JUNI

09:00 bis 10:00 Uhr
Pilates - Burggarten
mit Gerlinde Edlbauer
Eigene Matte/großes Handtuch mitbringen!

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park - Tiergarten Wels
(Wiese Haustierbereich)
mit Walter Martin

18:00 bis 19:00 Uhr
Functional Fitness - Welldorado
mit Markus Brandmayr (Fitnessarea)

DO., 1. JULI

10:00 bis 11:00 Uhr
Functional Fitness - Welldorado
mit Markus Brandmayr (Fitnessarea)

15:00 bis 16:00 Uhr
Yoga im Park - Burggarten
mit Walter Martin

15:30 bis 16:00 Uhr
Wassergymnastik - Welldorado
mit Babsy Hofer (SV FlicFlac Wels)

16:00 bis 16:30 Uhr
Wassergymnastik - Welldorado
mit Babsy Hofer (SV FlicFlac Wels)

16:30 bis 17:30 Uhr
Yoga - Stabilität und Beweglichkeit - Welldorado
mit DI Doris Speigner (Energie in Bewegung)

17:00 bis 18:00 Uhr
Rückenfitness - Burggarten
mit Gerlinde Edlbauer
Eigene Matte/großes Handtuch mitbringen!

Die Sporteinheiten sind
KOSTENLOS und finden nur
bei SCHÖNWETTER statt!