

### Der MoPa-Kiosk

Die kleine Gaststube im Grünen, auch mit Kioskverkauf, hält für Besucher Erfrischungsgetränke, Eis, Kaffee und Kuchen sowie kleine Snacks bereit.

Öffnungszeiten:  
Während der Sommersaison täglich geöffnet. Toiletten vorhanden.



## ALLE VERANSTALTER

- Die Arbeitsgemeinschaft „Siba - Sport im besten Alter“ mit:
- Seniorenbeirat der Stadt Gütersloh
  - Fachbereiche Sport, Familie u. Soziales der Stadt Gütersloh
  - Stadtsportverband Gütersloh e. V.
  - Kreissportbund Gütersloh e. V.

## FÖRDERER

Bürgerstiftung Gütersloh



Landessportbund NRW

LANDESSPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



## PARTNER

„Integration durch Sport“



## INFO/KONTAKT

### Stadt Gütersloh

Fachbereich Sport

Tel. 05241 / 82 2915

E-Mail: [Vjollca.Memaj@guetersloh.de](mailto:Vjollca.Memaj@guetersloh.de)

Fachbereich Familie und Soziales

Tel. 05241 / 82 2156

E-Mail: [Heidi.Ostmeier@guetersloh.de](mailto:Heidi.Ostmeier@guetersloh.de)

### Kreissportbund Gütersloh

Tel. 05241 / 85 1446

E-Mail: [Margret.Eberl@gt-net.de](mailto:Margret.Eberl@gt-net.de)

Fotos: Landessportbund NRW / Maximilian Gaisendrees  
simonMedien (letzterer: Foto Kiosk)

Entwurf: [www.kirschgrafik.de](http://www.kirschgrafik.de)

# Sport im Park



**Mohns Park**  
Gütersloh, Yorckstr. 8  
Auftritt: Samstag  
**29.06.2019**  
10.00 - 11.15 Uhr



# Sport im Park

Draußen sein, sich an der frischen Luft bewegen, Sonne tanken und ein Stück Natur genießen! Kombiniert mit Bewegung ist das ein sommerfrischer „Gesundheitscocktail“, den Sie bei **Sport im Park** genießen können.

Denn: Bewegung zählt zu den stärksten Ressourcen für die Gesundheit - in jedem Lebensalter!

## ALLE ANGEBOTE

TriloChi®	Schach
Erlebnis Tanz	Walking Fußball
Boule	Qi Gong
Tischtennis	Calisthenics*
Bewegt nach Kneipp	Bewegungsspiele für Kinder
Fitness im Park	(samstags)
Aerobic & Bewegt mit Musik	

\*Calisthenics steht für ein ganzheitliches und funktionelles Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht.

An allen Tagen sollen alle Angebote stattfinden. Änderungen sind vorbehalten.  
Infos unter <https://www.guetersloh.de/de/leben-in-guetersloh/sport.php>

## ALLE TERMINE

<b>Samstag 29.06.19</b>	10.00 – 11.15 Uhr
<b>Mittwoch 03.07.19</b>	18.00 – 19.15 Uhr
<b>Samstag 06.07.19</b>	10.00 – 11.15 Uhr
<b>Mittwoch 10.07.19</b>	18.00 – 19.15 Uhr
<b>Samstag 13.07.19</b>	10.00 – 11.15 Uhr
<b>Mittwoch 17.07.19</b>	18.00 – 19.15 Uhr
<b>Samstag 20.07.19</b>	10.00 – 11.15 Uhr
<b>Mittwoch 24.07.19</b>	18.00 – 19.15 Uhr
<b>Samstag 27.07.19</b>	10.00 – 11.15 Uhr

15 Minuten Begrüßung und Orientierung,  
60 Minuten Bewegungsangebot!



## MITMACHEN IST EINFACH

**Sport im Park** ist ein offenes Sport- und Bewegungsangebot für Jung und Alt.

- Pro Termin finden zeitgleich mehrere Sportangebote statt.
- Erfahrene Übungsleitungen begleiten Sie.
- Die Teilnahme ist unverbindlich, kostenlos und ohne Voranmeldung möglich.
- Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.
- Bequeme Kleidung ist empfohlen.
- Die Angebote finden bei jedem Wetter statt (außer bei Gewitter und Starkregen).

Bei körperlicher Betätigung ist Trinken wichtig!  
Fragen Sie ihren Hausarzt, wenn Sie länger nicht sportlich aktiv waren.

## ALLE MITWIRKENDEN

TuS Friedrichsdorf	Kneipp-Verein Gütersloh
Gütersloher Turnverein	Gütersloher Schachverein
DJK Avenwedde	Bundesverband Seniorentanz
DJK Gütersloh	Anke Viehweger
TV Isselhorst	Silvia Glashörster
Calisthenics Gütersloh	Andrea Kornfeld
	Spvg Steinhagen

Finden Sie heraus, welche Sportart zu Ihnen passt!  
informieren Sie sich über die vielfältigen Angebote der Sportvereine.  
Sprechen Sie Ihre Übungsleitungen direkt vor Ort an!

## MOHNS PARK - LAGEPLAN

