

BERG AM LAIM BEWEGT SICH

Mittwochs im Echardinger Park



(M)EIN STADTTEIL
BEWEGT SICH

Einfach vorbeikommen, mitmachen und Spaß haben!

- Ohne Vorkenntnisse und ohne Anmeldung. Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.
- Alle Angebote sind kostenlos und werden von ausgebildeten Trainer*innen geleitet.
- Für Body Forming, Shaolin Qi-Gong, Yoga, Cardio Aerobic Boxing, Bauch-Beine-Po & Ganzkörper-Fitness ist eine Gymnastikmatte oder Handtuch empfehlenswert.
- Bequeme Kleidung und Turnschuhe reichen.

Angebote werden durchgeführt von:



Treffpunkt am
Volleyballnetz.
Bei Regen fallen
die Angebote aus.



Fit im Echardinger Park – Programm 2026

Stand: April 2026

Mai 06.05. | 13.05. | 20.05. | 27.05.

18:30 Body Forming
18:30 Basketball
18:30 Badminton
19:15 Bauch-Beine-Po
19:15 Badminton

Juli 01.07. | 08.07. | 15.07. | 22.07. | 29.07.

18:30 Strong Nation / Fitness
18:30 Yoga
18:30 Basketball
19:15 Shaolin Qi-Gong
19:15 Power Bauch-Beine-Po

Juni 03.06. | 10.06. | 17.06. | 24.06.

18:30 Bauch-Beine-Po
18:30 Capoeira
18:30 Fatburn / Konditionstraining
19:15 Volleyball
19:15 Cardio Aerobic Boxing

August 05.08. | 12.08. | 19.08. | 26.08.

18:30 Ganzkörper-Fitness
19:15 Zumba

Scan Me



Weitere Informationen finden Sie unter
www.fitness-echardingerpark.de

Kontakt:
fitness-echardingerpark@web.de

Förderer & Partner:

Gefördert vom

Bezirksausschuss 14
Berg am Laim
der Landeshauptstadt München

MAGS
München Aktiv für Gesundheit e.V.
www.mags-muenchen.de

**Freizeit
Sport**