

„SPORT IM PARK – STORMARN BEWEGT SICH!“

Sport im Park ist ein kostenloses Sportprogramm für alle Stormarner*innen des Kreises Stormarn. Von April bis September bieten qualifizierte Übungsleiter*innen Sportangebote in verschiedenen Parks und Grünanlagen an. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund.

Die Angebote dauern rund eine Stunde und finden bei jedem Wetter statt. Ob jung oder alt, sportlich oder weniger sportlich, mit oder ohne Beeinträchtigung: Alle, die Lust haben, sich gemeinsam an der frischen Luft zu bewegen, sind herzlich willkommen!

WEITERE INFORMATIONEN BEI:

Verena Lemm
Kreissportverband Stormarn
04531 - 80 87 22 • verena.lemm@ksv-stormarn.de

www.ksv-stormarn.de



KSV
Stormarn
Kreissportverband

AOK 
Die Gesundheitskasse.

LSV
Sport - bei uns ganz oben!
Landessportverband Schleswig-Holstein

SPORT IM PARK

STORMARN BEWEGT SICH!

**08. APRIL BIS
16. SEPTEMBER
2025**

PROGRAMM:

DIENSTAG 08.04: OUTDOOR FITNESS FÜR JUNG UND ALT MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT

Parkplatz FFW Tangstedt (Dorfstr. 28, 22889 Tangstedt. (Hinter dem Gebäude))
16.00 – 17.00 Uhr
WSV Tangstedt mit Ines Lüth

**DONNERSTAG 10.04:
VOM KOPF BIS ZU DEN ZEHEN
– LOCKER WERDEN/BLEIBEN**
Rasenfläche am Peter-Rantzau-Haus (22926 Ahrensburg)
11.00 – 12.00 Uhr
VSG-Ahrensburg
mit Rainer Friederich

SAMSTAG 17.05: VOM KOPF BIS ZU DEN ZEHEN – LOCKER WERDEN/BLEIBEN

Rasenfläche am Peter-Rantzau-Haus (22926 Ahrensburg)
11.00 – 12.00 Uhr
VSG-Ahrensburg
mit Rainer Friederich

DIENSTAG 20.05: OUTDOOR FITNESS FÜR JUNG UND ALT MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT

Parkplatz FFW Tangstedt (Dorfstr. 28, 22889 Tangstedt. (Hinter dem Gebäude))
16.00 – 17.00 Uhr
WSV Tangstedt mit Ines Lüth

FREITAG 13.06: WALKING FOOTBALL AM GTZ

Wiese vor dem
Ganztagszentrum Bargteheide
17.00 – 18.30 Uhr
TSV Bargteheide
mit Matthias Otto

SAMSTAG 21.06: VOM KOPF BIS ZU DEN ZEHEN – LOCKER WERDEN/BLEIBEN

Rasenfläche am Peter-Rantzau-Haus (22926 Ahrensburg)
15.00 – 16.00 Uhr
VSG-Ahrensburg
mit Rainer Friederich

DIENSTAG 24.06: OUTDOOR FITNESS FÜR JUNG UND ALT MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT

Parkplatz FFW Tangstedt (Dorfstr. 28, 22889 Tangstedt. (Hinter dem Gebäude))
16.00 – 17.00 Uhr
WSV Tangstedt mit Ines Lüth

SAMSTAG 12.07: DAUERLAUF RICHTUNG TIMMERHORN UND KLEINE ÜBUNGEN FÜR JEDERMANN

Sportzentrum Bargteheide
10.00 – 11.30 Uhr
TSV Bargteheide mit Ralph Otto

DONNERSTAG 07.08: VOM KOPF BIS ZU DEN ZEHEN – LOCKER WERDEN/BLEIBEN

Rasenfläche am Peter-Rantzau-Haus (22926 Ahrensburg)
11.00 – 12.00 Uhr
VSG-Ahrensburg
mit Rainer Friederich

DIENSTAG 16.09: OUTDOOR FITNESS FÜR JUNG UND ALT MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT

Parkplatz FFW Tangstedt (Dorfstr. 28, 22889 Tangstedt. (Hinter dem Gebäude))
16.00 – 17.00 Uhr
WSV Tangstedt mit Ines Lüth

INFORMATIONEN FÜR INTERESSIERTE:

- die Teilnahme an **Sport im Park** ist kostenlos und unverbindlich
- eine Anmeldung ist nicht erforderlich
- eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich
- wir empfehlen bequeme Kleidung
- keine Toiletten, Umkleide- oder Duschmöglichkeiten vorhanden
- bei hohen Temperaturen, Getränke nicht vergessen
- während der Übungsstunden seid ihr versichert

