

Draußen und umsonst ab Juli an verschiedenen Plätzen in Marburg

OFFENE BEWEGUNGSANGEBOTE IN MARBURG

QI GONG

Ein sanftes Training aus der Traditionellen Chinesischen Medizin. Balance zwischen Ruhe und Aktivität erhalten und allgemeines Wohlbefinden stärken!

Ab 2. Juli wöchentlich ohne Voranmeldung:

Montags 8:30 – 9:00 Marktplatz

~~Dienstage 16:30 – 17:00 Friedriehsplatz~~

Mittwochs 18:30 – 19:00 Lahnwiesen (Nähe Abendroth-Brücke)

Donnerstags 8:30 – 9:00 Marktplatz

HERZ-KREISLAUFTRAINING

Ein einfaches Training für alle, die Spaß an Bewegung und Kraft-Ausdauer-Training haben.

Ab 3. Juli wöchentlich ohne Voranmeldung:

Freitags 16:30 – 17:00 Lahnwiesen
(Höhe Martin-Luther-Schule)



WALDBADEN

Mehr als nur ein Waldspaziergang! Eintauchen in die wohltuende Atmosphäre des Waldes, Energietanken und Stärkung des Immunsystems. Treffpunkt: Stadtwald, Gelände am Runden Baum. Strecke: 4-5 Kilometer

3 Termine

Freitag, 24. Juli 17:00 – 20:00

Freitag, 28. August 17:00 – 20:00

Freitag, 25. September 17:00 – 20:00

Anmeldung unter:

beratungsstelle@lebenmitkrebs-marburg.de oder
Tel. 06421 - 162625

Aktuelle Bewegungsangebote und Informationen unter

www.marburg.de/gesundestadt gesund@marburg-stadt.de 06421- 2011945



Alles unter Einhaltung der geltenden Hygienevorschriften und Abstandsregelungen

