

# KURZMITTEILUNG DER UNIVERSITÄTSSTADT MARBURG

Nr. 46 / 19. April 2022

## Offene Bewegungsangebote der Stadt Marburg starten am 25. April

Marburg. Die offenen Bewegungsangebote der Stadt Marburg gehen wieder los. Vom 25. April bis zum 23. Juli sind alle Interessierten in Marburg eingeladen, an den kostenfreien Angeboten Qi Gong, Tai Chi, Pilates, Herz-Kreislauftraining, Zumba und Waldbaden teilzunehmen.

Das breite Bewegungsangebot, das der städtische Fachdienst Gesunde Stadt organisiert, gibt es wieder vielerorts und zu verschiedenen Zeiten. Wer Lust hat mitzumachen, kann vorbeikommen und das Angebot kostenlos nutzen.

Los geht es direkt am Montag, 25. April, mit **Pilates**. Der Kurs findet montags von 18 bis 18.30 Uhr in der Nähe des Altenzentrums St. Jakob Auf der Weide statt.

Neu dazugekommen ist **Tai Chi**. Jeden Dienstag können Interessierte von 17.30 bis 18 Uhr in der Nähe des Altenzentrums St. Jakob Auf der Weide teilnehmen.

**Qi Gong** findet immer dienstags um 8.30 Uhr auf dem Marktplatz, donnerstags um 18.30 Uhr in Cappel auf dem August-Bebel-Platz und um 19.30 Uhr im Gesundheitsgraten auf dem Gelände der Vitos-Klinik statt.

Wer etwas für sein Herz-Kreislauf-System tun möchte, ist eingeladen, mittwochs um 17.30 Uhr auf den Lahnwiesen, Höhe Affenfelsen, am **Herz-Kreislauf-Training** teilzunehmen.

Gut ins Schwitzen kommen Teilnehmende beim **Zumba**. Dieser wird freitags um 16.30 Uhr auf dem Schulhof der Sophie-von-Brabant-Schule in der Uferstraße angeboten. Die Einheiten führen ausgebildete Übungsleiter\*innen durch. Sie dauern jeweils 30 Minuten. Vorkenntnisse und Anmeldung sind nicht erforderlich.

Raus in die Natur und den Wald erleben: Der nächste Termin für das **Waldbaden** ist am Samstag, 23. April, von 9 bis 12 Uhr. Weitere Termine sind am Freitag, 24. Juni, von 17 bis 20 Uhr und am Samstag, 23. Juli, von 8 bis 11 Uhr. Treffpunkt ist am Grillplatz Runder Baum im Stadtwald. Zudem bietet die Gesunde Stadt das Waldbaden auch im Rahmen des Gesundheitsfestes/Japan am Samstag, 7. Mai, von 14.30 bis 17.30 Uhr an. Treffpunkt ist ebenfalls der Grillplatz Runder Baum. Die Teilnahme am Waldbaden ist begrenzt. Anmeldung für alle Waldbaden-Termine bitte unter [a.scheld@lebenmitkrebs-marburg.de](mailto:a.scheld@lebenmitkrebs-marburg.de).

Die Angebote werden unter den geltenden Hygiene- und Abstandsregelungen durchgeführt. Informationen zu den aktuellen Angeboten sind zu finden unter <https://www.marburg.de/gesundestadt>.

Kontakt

**Magistrat**

**der Universitätsstadt Marburg**

Fachdienst Presse- u. Öffentlichkeitsarbeit

Markt 8

D-35037 Marburg

Tel: 06421 / 201-1346

Fax: 06421 / 201-981346

E-Mail: [pressestelle@marburg-stadt.de](mailto:pressestelle@marburg-stadt.de)

Internet: [www.marburg.de](http://www.marburg.de)