

# SPORT IM PARK IN METTMANN

- Gemeinsam AKTIV!
- Kostenlos
- vom 26.06. bis 28.09.23



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

**Kreissportbund  
Mettmann e.V.**



# SPORT IM PARK

... ist ein offenes Sport- und Bewegungsangebot für Jung und Alt, sowie Anfänger und Fortgeschrittene

... die Teilnahme ist kostenlos

... findet bei jedem Wetter statt

... empfiehlt bequeme Freizeit- oder Sportbekleidung

... Getränke und ggf. ein Handtuch oder eine Isomatte sind bitte mitzubringen

... es gibt keine WC- Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten

... die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr



**Info und Voranmeldung:**  
**mettmann-sport e.V.**  
[www.me-sport.de](http://www.me-sport.de)



**Folgt uns auf Instagram:**

[www.instagram.com/kreissportbundmettmann/](https://www.instagram.com/kreissportbundmettmann/)



## Outdoor-Hockey (für Kinder 4–6 Jahre)

➤ **Montags**, jeweils 16.00 bis 17.00 Uhr  
am 26.06., 03.07., 10.07. und 17.07.2023



Sportplatz am HHG, 40822 Mettmann  
<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!

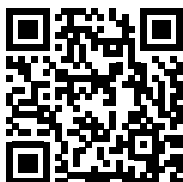


## Outdoor-KIDS (für Kinder ab 6 Jahre)

➤ **Montags**, jeweils 17.00 bis 18.00 Uhr  
am 26.06., 03.07., 10.07. und 17.07.2023



Sportplatz am HHG, 40822 Mettmann  
<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!



## Gymnastik für Senioren

- **Montags**, jeweils 17.30 bis 18.15 Uhr  
sowie 18.30 bis 19.30 Uhr  
am 10.07., 17.07., 24.07. und 31.07.2023



Gustav-Comberg-Park, 40822 Mettmann  
<https://goo.gl/maps/v66nEXUFvowJLyHj6>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!

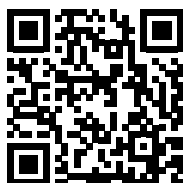


## Entspannung mit CHI (Erwachsene)

- **Montags**, jeweils 19.00 bis 20.00 Uhr  
am 26.06., 03.07., 24.07. und 31.07.2023



Sportplatz am HHG, 40822 Mettmann  
<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!



## Outdoor-Fitness (Erwachsene)

➤ **Dienstags**, jeweils 18.00 bis 19.00 Uhr  
am 11.07., 25.07., 08.08., 22.08., 05.09. und  
19.09.2023



**Wanderparkplatz Neanderthal (Talstraße)**

<https://goo.gl/maps/r1ujbgreURyK7VQS8>



Änderungen vorbehalten!



Team Studio des  
me-sport e.V.



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



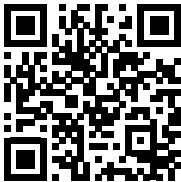
## Yoga

➤ **Mittwochs**, jeweils 18.00 – 19.30 Uhr  
am 21.06., 28.06., 05.07., 12.07., 19.07.,  
02.08., 09.08., 16.08., 23.08. und 30.08.2023



**Goldberger Mühle, 40822 Mettmann**

<https://goo.gl/maps/Yts1yCReMoTxMudg8>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



## Outdoor-Fitness (Erwachsene)

📍 Donnerstags, jeweils 18.00 bis 19.00 Uhr  
am 20.07., 03.08., 17.08., 14.09., und  
28.09.2023



Wanderparkplatz Neanderthal (Talstraße)

<https://goo.gl/maps/r1ujbgreURyK7VQS8>



Änderungen vorbehalten!



Team Studio des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!



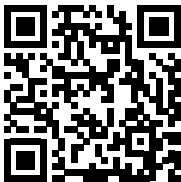
## Zumba

📍 Donnerstags, jeweils 19.00 bis 20.00 Uhr  
am 22.06., 29.06., 20.07. und 27.07.2023



Sportplatz am HHG, Werferanlage,  
40822 Mettmann

<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des  
me-sport e.V.



Die Teilnahme ist kostenlos!

## Kontakt

### Ihre Ansprechpartner:



**mettmann-sport e.V.**  
Hasselbeckstraße 6  
40822 Mettmann  
[www.me-sport.de](http://www.me-sport.de)

☎ 02104 - 976006  
✉ [info@me-sport.de](mailto:info@me-sport.de)



**Kreissportbund Mettmann e.V.**  
Mittelstraße 9  
40822 Mettmann  
[www.ksbmettmann.de](http://www.ksbmettmann.de)

☎ 02104 - 976100  
✉ [info@ksbmettmann.de](mailto:info@ksbmettmann.de)

---

Mit freundlicher Unterstützung von



LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN

