



NEUERÖFFNUNG

FITNESS-TRAIL Volkspark

31. Mai | 12:00 | Café im Volkspark - Infotafel

Kommunales Präventionsprojekt von:

BARMER

DTB 
DEUTSCHER TURNER-BUND

In Kooperation mit:

 **VOLKSPARK**
ProPotsdam

EINLADUNG

Zur Eröffnung des Fitness-Trails im Volkspark Potsdam
31. Mai 2019 | 12:00 Uhr | am Café im Volkspark

In Kooperation mit dem **Volkspark Potsdam** bringen die **BARMER** und der **Deutsche Turner-Bund** mehr Bewegung in Ihre Stadt!

FITNESS-TRAIL

abgemessene und markierte Laufstrecke

1 Runde = 1.000 m

3 integrierte Stationen für Übungen mit dem eigenen Körpergewicht

bis 5 Runden = 5.000 m und 15 verschiedene Übungen

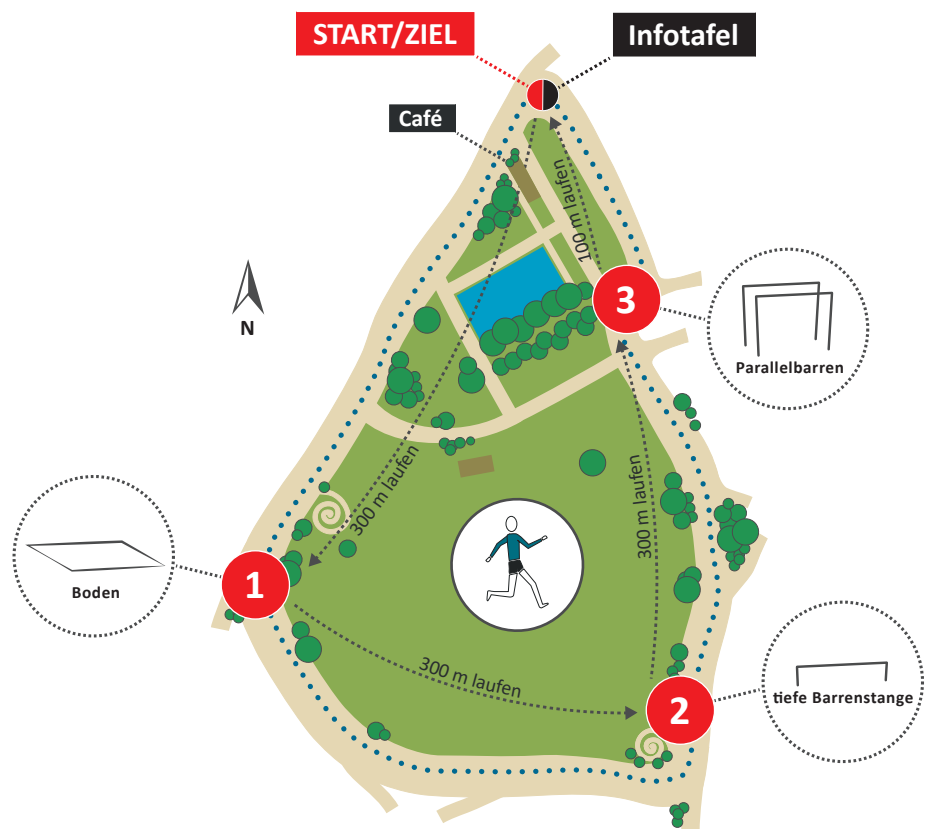
für Anfänger und Fortgeschrittene

3 Schwierigkeitsgrade

einfache und effektive Übungen

ausführliche Trainingsanleitungen

kostenlos und jederzeit nutzbar



Wir freuen uns, Ihnen ein neues sportliches Highlight im Volkspark Potsdam präsentieren zu dürfen!

Seien Sie dabei, wenn der 1. Fitness-Trail Brandenburgs feierlich eröffnet wird. Ob Einsteiger oder fortgeschrittene Fitness-Sportler: für jeden wird hier ein passendes Workout geboten.

Überzeugen Sie sich selbst und kommen Sie zum Anschauen und Ausprobieren am 31. Mai um 12:00 Uhr zum Café im Volkspark (Infotafel). Die Mitnahme von Laufschuhen und Sportkleidung wird empfohlen!

Kommunales Präventionsprojekt von:

In Kooperation mit: