

Frühsport lockt viele Teilnehmer

BNN – Über 1 600 Teilnehmer haben die seit Anfang Juli auf den Grünflächen vor dem Schloss kostenlos angebotenen Sport- und Entspannungsangebote bereits genutzt.

Noch bis einschließlich Mittwoch, 31. August, gibt es morgens von 7 bis 8 Uhr Qi Gong (montags), Pilates

(mittwochs) und Yoga (freitags). Jeweils um 8 Uhr folgt dann ein Programmwechsel: Wirbelsäulengymnastik (montags), Zumba / LaGym (mittwochs) und Funktionsgymnastik (freitags).

Wer mitmachen möchte, sollte eine Gymnastikmatte oder ein Handtuch als Unterlage für die Übungen auf dem Boden mitbringen. Bei Regen findet kein Frühsport statt, so die Verantwortlichen.