

Wieder Frühsport beim Schloss

BNN – Qi Gong, Zumba oder Funktionsgymnastik: Wer mehrere Sportarten ausprobieren möchte – ganz ohne Anmeldung und kostenlos – hat dazu vom morgigen Freitag, 30. Juni, bis 30. August vor dem Schloss Gelegenheit. Immer montags, mittwochs und freitags organisiert das Schul- und Sportamt einstündige Angebote mit Übungsleitern der Vereinsinitiative Gesundheitsport.

Von 7 bis 8 Uhr stehen Qi Gong (montags), Pilates (mittwochs) und Yoga (freitags) auf dem Programm. Um 8 Uhr geht es weiter mit Wirbelsäulengymnastik (montags), Zumba/LaGym (mittwochs) und Funktionsgymnastik (freitags). Wer mitmachen möchte, sollte eine Gymnastikmatte oder ein Handtuch als Unterlage mitbringen. Bei Regen fällt der Frühsport aus.