

Heidelberg



**Sport im Park  
Mach mit – Bleib fit!  
Programm 2024**

[www.heidelberg.de/sportimpark](http://www.heidelberg.de/sportimpark)

Sport im Park ist ein kostenloses und unverbindliches Gesundheits- und Fitnessstraining der Heidelberger Sportvereine für Untrainierte wie für Sportliche aller Altersgruppen auf Grün- und Parkflächen in den Heidelberger Stadtteilen.

Jeder kann auf eigene Verantwortung und Gefahr bei „Sport im Park“ mitmachen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Es kann jederzeit in die Sportkurse eingestiegen werden.

„Sport im Park“ ist ein Kooperationsprojekt vom Amt für Sport und Gesundheitsförderung und dem Sportkreis Heidelberg.

Wollen Sie immer die aktuellsten Informationen?  
Dann tragen Sie sich in den Newsletter von „Sport im Park“ unter [www.heidelberg.de/sportimpark](http://www.heidelberg.de/sportimpark) ein.

 **Heidelberg**



Partner:



Partnervereine:



## „Sport im Park“-Specials 2024

18.00 Uhr

27. Mai

Rohrbach / Sickingenplatz

**QUIDDITCH-SPECIAL**

Quidditch Heidelberg e. V.

18.00 Uhr

7. Juni

Kirchheim/ „alla hopp!“-Anlage

**MITSUMMERNACHTSRADELN**

Deutscher Alpenverein – Sektion Heidelberg  
1869 e. V.

16.00 Uhr

13. Juni

Bahnstadt / Calisthenics Park

**STREET-SOCCER-SPEZIAL**

**FÜR MÄDCHEN UND JUNGEN**

Heidelberger Sport-Club e. V.

ab 17.30 Uhr

21. Juni

Bahnstadt / Zollhofgarten

**YOGA-SPECIAL ZUM WELTYOGATAG**

Deutscher Alpenverein – Sektion Heidelberg  
1869 e. V., TSG 78 Heidelberg e. V. und  
TSV 1886 Handschuhsheim e. V.

14.00 – 15.00 Uhr

7. Juli

Neuenheim / Neckarwiese

**SCHAUFENSTER DES SPORTS –**

**SPECIAL – ZUMBA GOLD**

Argentinien-Gruppe Rhein-Neckar e. V.  
und dem Sportkreis Heidelberg e. V.

im September

**AOK-SPECIAL**

Team Paris vom Olympiastützpunkt  
Metropolregion Rhein-Neckar

12.30 Uhr

14. September

Rohrbach / Sickingenplatz

**SPECIAL ZUM ROHRBACHER WIESENFEST**

mit der Fitnessweltmeisterin Ruscha Kouril

Die „Sport im Park“-Saison startet am 29. April  
und endet am 29. September 2024.



Weitere Informationen unter  
[www.heidelberg.de/sportimpark](http://www.heidelberg.de/sportimpark)

Montag	
15.30 – 16.30 Uhr ab 29. April	<b>Boxberg / Treffpunkt „Eingang ISG-Hotel“</b> <b>NORDIC-WALKING IM STADTWALD EMMERTSGRUND/BOXBERG</b> Budo-Club Emmertsgrund/Boxberg e. V.
18.00 – 19.00 Uhr ab 29. April	<b>Kirchheim / „alla hopp!“-Anlage</b> <b>PILATES</b> Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e. V.
18.15 – 19.15 Uhr ab 20. Mai	<b>Handschuhsheim / Grahampark</b> <b>BAUCH-BEINE-PO</b> TSV Handschuhsheim 1886 e. V.
20.30 – 21.30 Uhr ab 29. April	<b>Südstadt / „Der Andere Park“</b> <b>GYMNASTIK FÜR JEDERMANN</b> Heidelberger Turnverein 1846 e. V.
Dienstag	
9.00 – 10.00 Uhr ab 30. April	<b>Weststadt / Dante-Spielplatz „Rundfläche“</b> <b>KRAFT- UND BALANCETRaining</b> aktivijA e. V.
17.30 – 18.30 Uhr ab 30. April	<b>Südstadt / „Der Andere Park“</b> <b>ZUMBA</b> Argentinien-Gruppe Rhein-Neckar e. V.
17.30 – 18.30 Uhr ab 30. April	<b>Kirchheim / „alla hopp!“-Anlage</b> <b>ACROYOGA FÜR ANFÄNGER</b> Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e. V.
17.45 – 18.45 Uhr ab 30. April	<b>Emmertsgrund/Treffpunkt: Forum 1 vor Heidelberg-Café</b> <b>AB 20 GEHT'S BERGAB? – NICHT MIT MIR!</b> Budo-Club Emmertsgrund / Boxberg e. V.
18.00 – 19.00 Uhr ab 30. April	<b>Neuenheim / Werderplatz</b> <b>TAI CHI GENIESSEN</b> TSG 78 Heidelberg e. V.

18.30 – 19.30 Uhr ab 30. April	<b>Bahnstadt / Calisthenics Anlage</b> <b>CALISTHENICS IN DER BAHNSTADT</b> Turnerbund 1889 Rohrbach e. V.
18.30 – 19.30 Uhr ab 30. April	<b>Bahnstadt / Treffpunkt: Zollhofgarten</b> <b>NORDIC WALKING</b> TSV 1949 Pfaffengrund e. V.
19.00 – 20.00 Uhr ab 30. April	<b>Neuenheim / Grünanlage am Römerbad (Jahnplatz)</b> <b>CYOGA</b> TSG 78 Heidelberg
Mittwoch	
9.00 – 10.00 Uhr ab 8. Mai	<b>Rohrbach / Treffpunkt „Fitropolis“</b> <b>NORDIC WALKING</b> TSG Rohrbach e. V.
9.00 – 10.00 Uhr ab 1. Mai	<b>Bergheim / Schwanenteichanlage</b> <b>FIT AB 50 ... BIS 100!</b> aktivijA e. V.
10.00 – 11.00 Uhr ab 8. Mai	<b>Ziegelhausen / Adlerüberfahrt „Schlierbach – Ziegelhausen“ (am Neckar / Kreuzung L534 und „In der Neckarhelle“)</b> <b>QI GONG / TAI CHI</b> TSG 1882 Ziegelhausen e. V.
17.00 – 19.00 Uhr ab 1. Mai	<b>Pfaffengrund / Bouleanlage am Kranichweg</b> <b>BOULE-SPIEL FÜR JEDERMANN/ -FRAU</b> TSV 1949 Pfaffengrund e. V.
17.30 – 18.30 Uhr ab 8. Mai	<b>Kirchheim / „alla hopp!“-Anlage</b> <b>CAPOEIRA</b> Deutscher Alpenverein Sektion 1869 e. V.
18.00 – 19.00 Uhr ab 1. Mai	<b>Schlierbach / Neckarwiese an der „Adlerüberfahrt“</b> <b>FIT UND BEWEGT AM SCHLIERBACHER NECKARSTRAND</b> TV 1888 Schlierbach e. V.

18.00 – 19.00 Uhr ab 1. Mai	<b>Altstadt / Providenzgarten</b> <b>TAI CHI GENIESSEN</b> TSG 78 Heidelberg e. V.
18.15 – 19.15 Uhr ab 15. Mai	<b>Südstadt / „Der Andere Park“</b> <b>INTERVALLTRAINING, HIIT, TABATA</b> Deutscher Alpenverein Sektion Heidelberg 1869 e. V.
18.30 – 19.30 Uhr ab 1. Mai	<b>Bahnstadt / Zollhofgarten</b> <b>RÜCKEN-FIT</b> TSV 1949 Pfaffengrund e. V.
19.00 – 20.00 Uhr ab 1. Mai	<b>Handschuhsheim / Grahampark</b> <b>HATHA-YOGA</b> TSV Handschuhsheim 1886 e. V.
19.30 – 20.30 Uhr ab 1. Mai	<b>Südstadt / „Der Andere Park“</b> <b>YOGA AM ABEND FÜR GEÜBTE</b> aktivijA e. V.
Donnerstag	
7.00 – 8.00 Uhr ab 2. Mai	<b>Bergheim / Schwanenteichanlage</b> <b>MIT YOGA IN DEN TAG</b> TSV Handschuhsheim 1886 e. V.
8.25 – 9.25 Uhr ab 2. Mai	<b>Rohrbach / Sickingenplatz</b> <b>FUNCTIONAL TRAINING</b> TSG Rohrbach e. V.
17.30 – 18.30 Uhr ab 2. Mai	<b>Handschuhsheim / Grahampark</b> <b>FITNESS-MIX</b> Heidelberger Judoclub e. V.
17.30 – 18.30 Uhr ab 2. Mai	<b>Emmertsgrund/oberhalb „Kinderbaustelle“ Otto-Hahn-Straße</b> <b>ENTSPANNT AM BERG YIN YOGA UND QI GONG</b> Turnerbund 1889 Rohrbach e. V.
19.15 – 20.15 Uhr ab 2. Mai	<b>Südstadt / „Der Andere Park“</b> <b>BODYSTYLING</b> Heidelberger Turnverein 1846 e. V.

Freitag	
10.00 – 11.00 Uhr ab 3. Mai	<b>Kirchheim / „alla hopp!“-Anlage</b> <b>FIT IN DEN TAG</b> KG Polizei Heidelberg 1958 e. V.
11.00 – 12.00 Uhr ab 3. Mai	<b>Kirchheim / „alla hopp!“-Anlage</b> <b>PILATES MIT DEM REDONDOBALL</b> KG Polizei Heidelberg 1958 e. V.
17.00 – 19.00 Uhr ab 3. Mai	<b>Pfaffengrund / Bouleanlage am Kranichweg</b> <b>BOULE-SPIEL FÜR JEDERMANN/ -FRAU</b> TSV 1949 Pfaffengrund e. V.
18.30 – 19.30 Uhr ab 3. Mai	<b>Bergheim-West / Gneisenau-Park</b> <b>HATHA YOGA</b> Heidelberger Turnverein 1846 e. V.
Samstag	
9.30 – 10.30 Uhr ab 4. Mai	<b>Wieblingen / Neckarhamm Park (Hostigwiese)</b> <b>FUNCTIONAL FITNESS</b> TSV 1887 Wieblingen e. V.
10.15 – 11.30 Uhr ab 4. Mai	<b>Schlierbach / Neckarwiese an der „Adlerüberfahrt“</b> <b>VING TSUN</b> TV 1888 Schlierbach e. V.
10.30 – 11.30 Uhr ab 4. Mai	<b>Handschuhsheim / Grahampark</b> <b>KINDER-RUGBY – SPASS MIT DEM RUGBYBALL</b> TSV Handschuhsheim 1886 e. V.
Sonntag	
17.00 – 18.00 Uhr ab 7. Juli	<b>Rohrbach / Sickingenplatz</b> <b>DANZA LATINA FITNESS</b> TSG Rohrbach e. V.

## **Amt für Sport und Gesundheitsförderung**

### **Stadt Heidelberg**

Tiergartenstraße 13/1  
69121 Heidelberg

Telefon 06221 513-4401  
sportamt@heidelberg.de  
www.heidelberg.de