

Tipps und Informationen

- Tragen Sie Freizeit- oder Sportkleidung und bringen Sie für sich **Getränke** sowie ein **Handtuch und/oder eine Sport- oder Isomatte** mit.
- Es gibt **keine Toiletten** und **keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten** vor Ort.
- Ein Einstieg, auch im laufenden Kurs, ist jederzeit möglich. Wenn Sie lange sportlich nicht mehr aktiv waren, fragen Sie bitte vorher Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt.
- Bitte beachten Sie, dass Sie während der Sportangebote nicht über die Stadt Dormagen versichert sind. **Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.**
- Bei extremen Wetterbedingungen finden die Angebote nicht statt. Geplante Kursausfälle werden unter www.dormagen.de/sport-im-park veröffentlicht.

Herausgeber

Stadt Dormagen – Der Bürgermeister

Amt für Bildung, Kultur und Sport

- **Sportservice** -

Langemarkstraße 1 - 3

41539 Dormagen

Tel.: 02133 257 4199

Mail: sportservice@stadt-dormagen.de

Stand: April 2026



„Sport im Park“ 2026
*Natürlich kostenlos, unverbindlich
und ohne Anmeldung!*

MONTAGS

Line Dance (Juli bis September)

11.30 bis 12.30 Uhr

Treffpunkt: Grünfläche Haberlandstraße

Meditation & Achtsamkeit (Mai bis September)

17 bis 18 Uhr

Treffpunkt: Grünfläche Park Haberlandstraße

DIENSTAGS

Walking mit Yogaelementen (Juni, Juli, September)

14 Uhr

Treffpunkt: Im Mühlenend Delhoven

MITTWOCHS

Meditation & Achtsamkeit (Mai bis September)

10 bis 11 Uhr

Treffpunkt: Spielplatz Im Scheidpatt, runde Bank

Zumba für Kids (Mai bis Juli)

16.30 bis 17.15 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Beethovenstraße

Haben sie für das kommende Jahr noch weitere Ideen zum Kursangebot, teilen Sie uns diese gerne mit. Wir versuchen diese Wünsche zu berücksichtigen.

DONNERSTAGS

Zumba für Erwachsene (Mai bis Juli)

17 bis 18.30 Uhr (2x 45 Min.)

Treffpunkt: Parkplatz
Beethovenstraße

Rückenfit

(Juni bis August)

17.30 bis 18.30 Uhr

Treffpunkt: Heidestadion Zons

SONNTAGS

Pilates

(Juni bis August)

9.30 bis 10.30 Uhr

Treffpunkt: Heidestadion Zons

Funktional Training

(Juni bis August)

10.30 bis 12 Uhr

Treffpunkt: Heidestadion Zons

Weitere Infos unter
[www.dormagen.de/
sport-im-park](http://www.dormagen.de/sport-im-park).

An Feiertagen finden
keine Kurse statt.

