VITAL TREFFS - EINZIGARTIG BEWEGEND - WUPPERVITAL

MO Montag

OUTDOORGYM
13:30 - 14:30 Uhr
mit Viola

SENIORENSPORT
14:00 - 15:00 Uhr
mit Jörg
im Gemeinschaftsr. Paulinum
Zur Scheuren 28

FREILUFT-FITNESS
17:30 - 18:30 Uhr
mit Matthaeus
Ottenbrucher Bahnhof
neben der Boulebahn

YOGA-VITAL
18:30 - 19:30 Uhr
mit Matthaeus
Ottenbrucher Bahnhof
neben der Boulebahn

DI Dienstag

OUTDOORGYM
10:00 Uhr (WINTERZEIT)
09:00 Uhr (SOMMERZEIT)
mit Viola
im Corneliuspark
Bushaltestelle Gebhardtstr.

VITAL VON KOPF BIS FUSS
14:00 - 15:00 Uhr
mit Bärbel
Stadtteilzentr. Heckinghausen
Heckinghauser Str. 195 - 197

DÖNBERGWALK
14:00 - 15:00 Uhr
mit Inge
Quartierhaus
Höhenstr. 23 - 25

GRAVELBIKEN
TERMINE AUF DER WEBSITE
16:30 Uhr
mit Stefan
Nordbahntrasse, Haltepunkt
Lüntenbeck

FUNRUN
17:00 - 18:00 Uhr
Zurzeit ohne Trainer
Beuthel Lauftreff
Wechselnde Treffpunkte
Infos über WhatsApp Gruppe

INDOORGYM
18:00 - 19:00 Uhr
mit Viola
Jugendhaus Vohwinkel-Mitte
Gräfrather St. 9A

NODIC WALKING
PARKWALK
18:00 - 19:30 Uhr
mit Andrea
an unterschiedlichen
Treffpunkten

ZUMBA
18:30 - 19:30 Uhr
mit Jessica
Nachbarschaftsetage
BOB Campus
Max-Planck-Strasse 19

MI Mittwoch

GEHEN / WALKEN
14:00 - 15:00 Uhr
mit Inge
Nordbahntrasse
Bahnhof Ottenbruch

VITALTANZ
17:00 - 18:00 Uhr
mit Uschi
im Gemeindesaal von
Evangelisch in Unterbarmen
Martin Luther Str. 15

BOULE-VIT
17:00 - 19:00 Uhr
mit Uwe
Ottenbrucher Bahnhof
Boulebahn

NORDIC WALKING
17:30 - 18:30 Uhr
mit Frank
Beuthel-Vital-Point
Erich Höppner Ring 1

VITAL VON KOPF BIS FUSS
18:30 - 19:30 Uhr
mit Salha
Stadtteilzentr. Heckinghausen
Heckinghauser Str. 195 - 197

VITBALL
19:30 - 21:00 Uhr
Turnhalle der Erzbischöflichen
Tagesschule am Dönberg,
Höhenstr. 56

DO Donnerstag

DÖNBERGSCHNECKEN
12:00 Uhr
ohne ständige Trainerbegl.
ab Parkplatz der SF Dönberg
Am Dönberg 48

DIE BEWEGLICHEN
14:00 - 15:00 Uhr
mit Ulli
Seniorenwohnanlage Haus
der Kirche
An der Kirche 5

VITBALL
16:15 - 17:45 Uhr
Turnhalle der Erzbischöflichen
Tagesschule am Dönberg,
Höhenstr. 56

VIT 4 WOMEN
17:00 - 18:00 Uhr
mit Salha
Nachbarschaftsetage
BOB Campus
Max-Plnck-Strasse 19

ZUMBA FÜR JEDEN
17:45 - 18:45 Uhr
mit Jaqueline
Krawatte Bockmühle 17a

FR Freitag

WUPP4KIDS
13:45 - 14:45 Uhr
mit Hakan
Sparkassen-Vital-Point
Sportschule Gümüs
Rauer Werth 18

SA Samstag

NATUR & KULTUR
10:00 - 14:00 Uhr
mit Cornelia, Viola, Ute & Dirk
1x im Monat
unterschiedliche Treffpunkte

SPASSRADELN
AUF DER TRASSE
11:00 - 14:00 Uhr
mit Tom
März - Oktober
WickedWoods
Langobardenstr. 65

VITALE RADFAHRSCHULE
11:00 - 15:00 Uhr
mit Rainer
Jeweils an 4 Wochenenden
Jugendverkehrsschule
Ehrenhainstr. 110

DOGWALK
14:00 - 16:00 Uhr
mit Annette
letzter Samstag im Monat
wechselnde Treffpunkte

DEUTSCH GEHT GUT
14:00 Uhr (WINTERZEIT)
16:00 Uhr (SOMMERZEIT)
mit Eva
am Elisenturm auf der Hardt

RADELN PLUS
mit Klaus, Norbert, Jürgen &
Detlev
1x im Monat
wechselnde Treffpunkte

SO Sonntag

POLICK-LAUFTREFF
ohne ständige Trainerbegl.
Nordbahntrasse
Polick-Vital-Point
Fragen an info@wuppertalvital.de

VITALE RADFAHRSCHULE
10:00 - 15:00 Uhr
mit Rainer
Jeweils an 4 Wochenenden
Jugendverkehrsschule
Ehrenhainstr. 110

MOUNTAINBIKE
11:00 - 14:00 Uhr
mit Jörg
Beuthel-Vital-Point
Erich Höppner Ring 1

ERLEBNIS WANDERN
11:30 - 14:30 Uhr
mit Michael
1x im Monat
wechselnde Treffpunkte