Unsere Story...

Wuppervital ist 2017 mit drei Gruppen gestartet. Mittlerweile haben wir unser Angebot schon fast verzehnfacht und unsere Teilnehmer*innen halten sich mit fast 30 verschiedenen Angeboten fit und vital.

Fit ohne Qual

Bei uns steht im Mittelpunkt gesund zu bleiben und zusammen ohne Leistungsorientierung viel Spaß zu haben.

„Denn Vitalität bedeutet mehr Lebensfreude und Lebensqualität!"

Bewegen & Begegnen!

Durch unsere Angebote entstehen viele Möglichkeiten unsere Stadt gemeinsam neu zu entdecken und mitzuhelfen Wuppertal noch besser und attraktiver zu machen.

Einfach sozial

Wir haben Bewegungsangebote für Jedermensch - unabhängig von Alter, Geschlecht, Herkunft und persönlichem Umfeld.

Runter vom Sofa! -Wir wuppen dich fit!

EGAL WOHER DU KOMMST! KOMM VORBEI!

WUPPERVITAL

Die Bewegungsinitiative in Wuppertal.

Wir bieten dir das ganze Jahr kostenlose Aktivitäten an. Du musst dich in keinem Verein anmelden & brauchst auch keine Teilnahmegebühren zu bezahlen um bei unseren Aktivitäten mitmachen zu können.

Komm einfach vorbei & mach mit.

WWW.WUPPERVITAL.DE

Unsere Bankverbindung für Unterstützer:
Stadtsparkasse Wuppertal
IBAN: DE48 3305 0000 0000 8055 80
BIC: WUPSDE33XXX

Bei Fragen, schreibt gerne an info@wuppervital.de!

Alle Details zu unseren Angeboten, Anmeldelinks oder Zeitänderungen entnehmt Ihr bitte unserer Internetseite! Angebote mit * sind anmeldepflichtig.

WWW.WUPPERVITAL.DE

WUPPERVITAL

EINFACH BEWEGEND

kostenlos & mit viel Spaß

BABTEC
financial PARTNER Versicherungsmakler GmbH
SPORTFORUM WIR SIND SPORT
Policks Backstube
C.Beuthel Das Sanitätshaus
Stadtsparkasse Wuppertal
KARL DEUTSCH

EINFACH BEWEGEND MIT WUPPERVITAL - DAS GANZE JAHR

Stand: Februar 2024

MONTAG

13:30 - 14:30 Uhr
OUTDOORGYM
mit Viola
am Sternpunkt Vohwinkel
Rosskamperstr. 126

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

DIENSTAG

10:00 - 11:00 Uhr
OUTDOORGYM
mit Viola
im Corneliuspark
Bushaltestelle Gebhardtstr.

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

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

17:00 - 18:00 Uhr
FUNRUN
mit Alrun
Beuthel Lauftreff
auf dem Sportplatz Freudenberg

18:30 - 19:30 Uhr
ZUMBA®
mit Jessica
Stadtteilzentrum Heckinghausen
Heckinghauserstr. 195 - 197

MITTWOCH

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

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

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

18:30 - 19:30 Uhr
VITAL VON KOPF BIS FUSS
mit Salha
Stadtteilzentrum Heckinghausen
Heckinghauserstr. 195 - 197

DONNERSTAG

17:45 - 18:45 Uhr
ZUMBA® für Jeden
mit Jaqueline
Krawatte Bockmühle 17a

FREITAG

13:45 - 14:45 Uhr
WUPP4Kids
mit Hakan
Sparkassen-Vital-Point
Sportschule Gümüs
Rauer Werth 18

18:00 - 19:00 Uhr
DANCE dich VIT
HIPHOP Tanz 11-18 Jahre
Stadtteilzentrum Heckinghausen
Heckinghauserstr. 195 - 197

19:00 - 19:45 Uhr
ONLY4ME *
Kinderschwimmen
im RTZ - Petrus Krankenhaus
Carnaperstr. 55

19:55 - 20:40 Uhr
ONLY4ME *
Kinderschwimmen
im RTZ - Petrus Krankenhaus
Carnaperstr. 55

SAMSTAG

10:00 - 14:00 Uhr
Natur & Kultur *
mit Klaus und Cornelia
1x im Monat
unterschiedliche Treffpunkte

11:00 - 14:00 Uhr
SPASSRADELN *
März - Oktober
Wicked Woods
Langobardenstr. 65

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

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

14:00 - 16:00 Uhr
DEUTSCH GEHT GUT
mit Eva
am Elisenturm auf der Hardt

SONNTAG

POLICK-LAUFTREFF
ohne ständigeTrainerbegleitung
Nordbahntrasse
Pollick-Vital-Point
Fragen an info@wuppervital.de

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

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

11:30 - 14:30 Uhr
DÖNBERG ERLEBNIS WANDERN *
mit Michael
1x im Monat
vers. Treffpunkte

19:00 - 19:45 Uhr
ONLY4ME *
Frauenschwimmen
im RTZ - Petrus Krankenhaus
Carnaperstr. 55

19:55 - 20:40 Uhr
ONLY4ME *
Frauenschwimmen
im RTZ - Petrus Krankenhaus
Carnaperstr. 55