

VITAL TREFFS - EINZIGARTIG BEWEGEND - WUPPERVITAL



MONTAG	OUTDOORGYM 13:30 - 14:30 Uhr mit Viola Sternpunkt Wohnzimmer (auf dem Hof), Dasnöckel 114 (Eingang Ehrenhainstr.)	SENIORENSPORT 14:00 - 15:00 Uhr mit Jörg im Gemeinschaftsrs. Paulinum Zur Scheuren 28	FREILUFT-FITNESS 17:30 - 18:30 Uhr mit Matthaeus Ottenbrucher Bahnhof neben der Boulebahn	YOGA-VITAL 18:45 - 19:45 Uhr mit Matthaeus Ottenbrucher Bahnhof neben der Boulebahn			
DIENSTAG	OUTDOORGYM 10:00 Uhr (NOV - MÄRZ) 09:00 Uhr (APR - OKT) 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	FUNRUN 17:00 - 18:00 Uhr mit Pierré Beuthel Laufftreff auf dem Sportpl. Freudenberg	INDOORGYM 18:00 - 19:00 Uhr mit Viola Jugendhaus Vohwinkel-Mitte Gräfrather St. 9A	NODIC WALKING PARKWALK 18:00 - 19:30 Uhr mit Andrea & Susanne an unterschiedlichen Treffpunkten	ZUMBA 1 18:30 - 19:15 Uhr ZUMBA 2 19:30 - 20:15 Uhr mit Jessica Stadtteilzentr. Heckinghausen Heckinghauser Str. 195 - 197
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 Robert 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		
DONNERSTAG	DÖNBERSCHNECKEN 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	ZUMBA FÜR JEDEN 14:00 - 15:00 Uhr mit Jaqueline Krawatte Bockmühle 17a				
FREITAG	WUPP4KIDS 13:45 - 14:45 Uhr mit Hakan Sparkassen-Vital-Point Sportschule Gümüs Rauer Werth 18	ONLY4ME 19:00 - 19:45 Uhr Kinderschwimmen im RTZ - Petrus Krankenhaus Carnaperstr. 55	ONLY4ME 19:55 - 20:40 Uhr Kinderschwimmen im RTZ - Petrus Krankenhaus Carnaperstr. 55				
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 Lena letzter Samstag im Monat wechselnde Treffpunkte	DEUTSCH GEHT GUT 14:00 - 16:00 Uhr APRIL - SEPTEMBER 16:00 - 18:00 Uhr mit Eva am Elisenturm auf der Hardt	RADELN PLUS mit Klaus, Norbert, Jürgen & Detlev 1x im Monat wechselnde Treffpunkte	
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	DANCE4FUN 15:00 - 16:00 Uhr mit Angelina & Xenia Grün-Gold Casino Wuppertal Nützenberger Straße 297	ONLY4ME 19:00 - 19:45 Uhr Frauenschwimmen im RTZ - Petrus-Krankenhaus Carnaperstr. 55	ONLY4ME 19:55 - 20:40 Uhr Frauenschwimmen im RTZ - Petrus-Krankenhaus Carnaperstr. 55