

Sport im Erichspark vom 19.-28. August 2026 bietet Dir ein vielfältiges Programm offener und kostenloser Outdoor-Sport- und Bewegungskurse.



Ohne Anmeldung

Eine Anmeldung zu den Kursen ist nicht notwendig. Grundsätzlich sind die Kurse auf eine Stunde angesetzt und starten pünktlich.

Was du benötigst

Falls Equipment benötigt wird, steht es dabei. Also - egal ob Anfänger oder Sportprofi, wirf Dich in bequeme Sportkleidung, pack etwas zu Trinken und Deine Freunde ein und mach mit.



Sei dabei!

Neustadt bewegt sich und wir freuen uns, wenn Du dabei bist!

Aktuelle Infos zu den Kursen und wetterbedingte Absagen erhältst Du über unseren Instagram-Kanal

 @neustadtamruebenberge



Erichspark
Theodor-Heuss-Straße/Am Walle
31535 Neustadt a. Rbge.



@neustadtamruebenberge



info@wifoe-neustadt.de
05032/9670-236
www.deinneustadt.de

SPORT IM ERICHSPARK

Neustadt bewegt sich

19. bis 28. August 2026

Erlebe Dein
**abwechslungsreiches,
wohnnahes und
kostenloses Outdoor-
Sportprogramm** diesen
Sommer bei uns in Neustadt
am Rübenberge.

PROGRAMM

MITTWOCH, 19.08

17:00 Uhr **Aerobic**
TSV Poggenhagen, A. Hinte

DONNERSTAG, 20.08

10:00 Uhr **HIIT-Training (30 Minuten)**
LebensFEELfalt by Patrick Holz

11:00 Uhr **Selbstverteidigung**
Krav Maga Academy Neustadt

18:00 Uhr **Lachyoga**
VHS Hannover Land

FREITAG, 21.08

09:00 Uhr **Yoga**
TSV Neustadt

18:00 Uhr **Pilates**
Physiotherapie Annika Stephan

19:00 Uhr **Square-Dance**
New Town Waves e. V.

SAMSTAG, 22.08

10:00 Uhr **Selbstverteidigung**
Krav Maga Academy Neustadt

SONNTAG, 23.08

14:00 Uhr **Zumba**
TSV Neustadt

MONTAG, 24.08

15:00 Uhr **MOVITA®**
TanzCentrum Kressler

16:00 Uhr **Linedance**
TanzCentrum Kressler

17:00 Uhr **Zumba**
TanzCentrum Kressler

DIENSTAG, 25.08

11:00 Uhr **Yoga**
Yogaschule Mariensee

17:00 Uhr **Fitnessgymnastik**
VHS Hannover Land

18:00 Uhr **Zumba**
TSV Poggenhagen, F. Hinte

19:00 Uhr **Tiefenentspannung, Mobility/
Stretching, autogenes Training**
Anke Lawrenz

MITTWOCH, 26.08

09:00 Uhr **Qi Gong**
Physiotherapie Annika Stephan

10:00 Uhr **HIIT-Training (30 Minuten)**
LebensFEELfalt by Patrick Holz

16:00 Uhr **Dancefit**
Physiotherapie Annika Stephan

18:00 Uhr **Zumba**
TSV Poggenhagen, F. Hinte

DONNERSTAG, 27.08

10:00 Uhr **Yoga**
TSV Neustadt

11:00 Uhr **Selbstverteidigung**
Krav Maga Academy Neustadt

17:00 Uhr **Lachyoga**
VHS Hannover Land

18:00 Uhr **Zumba**
TSV Neustadt

19:00 Uhr **Tiefenentspannung, Mobility/
Stretching, autogenes Training**
Anke Lawrenz

FREITAG, 28.08

18:00 Uhr **Tabata**
Physiotherapie Annika Stephan

19:00 Uhr **Yoga**
Yoga Schule Anette Gerhold

Änderungen vorbehalten

Sport im Erichspark ist eine Aktion der
Partnerschaft für eine lebendige Innenstadt

**Aktuelle Infos zu den Kursen und
wetterbedingte Absagen erhältst Du
über unseren Instagram-Kanal**

 @neustadtamruebenberge

Du hast Fragen? Melde Dich per E-Mail an
info@wifoe-neustadt.de oder telefonisch
unter 05032 9670-236.

