

# sport im park

BEWEGUNG FÜR MÖNCHENGLADBACH

09.07.–02.09.2018

BEWEGUNG FÜR MG!

SPORT IM PARK 2018

Vom 9. Juli bis 2. September  
bewegen Vereine aus ganz MG  
die Stadt mit 132 Aktionen.



mönchengladbacher  
familiensporttag

08.07.2018  
12:30 – 17:00 Uhr

BEWEGT DIE GANZE FAMILIE!

Beim Mönchengladbacher Familiensporttag am 8. Juli 2018  
im Grenzlandstadion / Eintritt frei.

Powered by **BARMER**

## mönchengladbacher familiensporttag

Jetzt kommt Bewegung in die Sache.

Es ist eine Einladung für die ganze Familie: zum Mönchengladbacher Familiensporttag am **8. Juli von 12:30 bis 17:00 Uhr im Grenzlandstadion**. Dort stellen sich Vereine aus der ganzen Stadt mit ihren unterschiedlichsten Sportarten und -angeboten vor.

Da heißt es dann für Groß und Klein, Alt und Jung und alle dazwischen: informieren, ausprobieren und aktiv werden. Werft euch in bequeme Sportkleidung und kommt vorbei. Kraft tanken könnt ihr an den verschiedenen Ess- und Getränkeständen. Der Eintritt ist frei!



Hier ist Bewegung vorprogrammiert.  
Mönchengladbachs Vereine stellen sich vor.

Wie gleitet ein Segelflieger? Wie schnell fliegt ein Golfball? Kann man mit einem Lichtgewehr besser treffen? Wie viel Energie erzeugt man beim Radfahren? Dazu Tennis, Karate, Square-Dance und vieles mehr ... Hier gibt es jede Menge zu entdecken, zu erfahren und zu erleben!

### Golfclub Mönchengladbach Wanlo e. V.

- Abschlagsgeschwindigkeits-Messung

### Polizeisportverein e. V. Tai-Chi

- Vorführung: 13:00 – 13:40 und 15:00 – 15:40 Uhr
- Meditations- und Kampfsystem-Workshop:  
14:00 – 14:30 und 16:00 – 16:30 Uhr

### Polizeisportverein e. V. Jiu-Jitsu/Kobudo

- System vom Abwehren gegen bewaffnete und unbewaffnete Angriffe
- Wechsel im 1/2-Stunden-Takt

### 1. FC Mönchengladbach

- 13:00 – 13:45 Uhr: Kugelstoßen (Kugelstoßanlage hinter der Tribüne)
- 15:00 – 15:45 Uhr: vom Gehen zum Wettkampfgehen (am Stand)

### Kanazawa e. V.

- Grundlagen aus dem Karatesport

### Tennis-Verein SW Rheydt e. V.

- 13:00, 14:00, 15:00, 16:00 Uhr: Trainingsauszug
- Kleinfeld-Tennis zum Mitmachen

### Glad Badges

- Square-Dance-Show: 12:30, 13:30, 14:30, 15:30, 16:30 Uhr
- Einfache Figuren erlernen

### Verein für Luftfahrt Mönchengladbach e. V.

- Segelflugzeug

### RV Möwe MG-Lürrip

- Leistungsmessung mit einem Wattmesser auf Rennrädern

### Rock 'n' Roll Club Elvis e. V.

- Rock-'n'-Roll-Show: 13:00, 15:00, 17:00 Uhr
- Einfache Rock-'n'-Roll-Figuren erlernen



## TuS Wickrath

- Faustball

## LG Mönchengladbach

- Stabweitsprung

## LAZ Mönchengladbach / Turnerschaft Neuwerk

- Geschicklichkeits- und Schnelligkeitsparcours
- Speer-Ziel-Wurf

## TFC Ohler

- Line-Dance-Show: 14:00, 16:00 Uhr
- Volleyball (Beach-Feld) / Line-Dance – Tanzschritte (am Stand)

## Tanz- und Majorettengarde Hardterbroich

- Tanzvorführung: 13:30, 14:30, 16:00 Uhr
- Twirling- und Majorettentanz

## Fit und gesund Mönchengladbach e. V.

- Nordic Walking (je 20 min): 13:00, 15:00, 16:30 Uhr
- Walking (je 20 min): 13:30 und 15:30 Uhr
- Walking mit Xco-Hanteln (je 20 min): 14:00 und 16:00 Uhr

## Schützengesellschaft Hehn 1910 e. V.

- Sportschießen mit Lichtgewehren (ab 8 Jahren)

## Sportjugend Mönchengladbach

- Alkoholfrei Sport genießen

## Gladbacher Hockey- und Tennisclub e. V.

- Einstieg in den Feldhockeysport

## BARMER

- Reaktionswand

## TSC Mönchengladbach e. V.

- Pole-Dance zum Mitmachen

## Infostände

- Stadtsportbund Mönchengladbach e. V.
- Barmer
- Schwimm-Sport-Vereinigung Rheydt e. V.
- Kegelvereinigung Rheydt 1926 e. V.
- Stadt MG: Familienkarte/BUT
- GroupJoyner
- Thermomix

# sport *im* park

## Bewegung für Mönchengladbach!

Sport im Park: Das sind 8 Wochen und 132 Aktionen von über 20 Vereinen. Sie alle stellen sich vor und geben jedem ab 16 Jahren Einblick in ihre ganz unterschiedlichen und bunten Sportangebote.

**Vom 9. Juli bis 2. September 2018** können alle, die im Sommer Lust haben, Sport zu machen, einen neuen Sport für sich entdecken. Unter dem Motto „Sehen – bewegen – erleben – aktiv mitmachen!“ werden an zuvor ausgewählten „Motion-Spots“ regelmäßige kostenlose Bewegungsaktionen angeboten. Die Durchführung der einzelnen Aktionen organisieren und gestalten die jeweiligen Sportvereine selbst. Ausgebildete Trainer und Übungsleiter führen euch durch ein vielfältiges Programm. Für alle Aktiven und die, die es werden wollen.

Dabei stellen Mönchengladbachs Vereine sich vor: Von BrainWalking über Schnuppergolf, Leichtathletik und Karate bis hin zu Square-Dance, Tai-Chi und Yoga ist für alle ab 16 Jahren etwas dabei.

WIR FREUEN UNS AUF EUCH!



Programm und weitere Informationen unter  
[www.mg-sport-im-park.de](http://www.mg-sport-im-park.de)

Powered by

# BARMER

Unterstützt durch



thermomix



NEW



Kliniken Maria Hilf  
Mönchengladbach

Stadtparkasse  
Mönchengladbach



MÖNCHENGLADBACH

Organisiert mit



GroupJoyner  
Einer für Alles. Alles in Einem.

**MG sport**  
Stadtsportbund Mönchengladbach e.V.

Berliner Platz 19  
41061 Mönchengladbach  
[www.mg-sport.de](http://www.mg-sport.de)