Alle sind willkommen

Wählen Sie Ihre Kursfavoriten!

Das Aktiv-Programm im Kurpark richtet sich an alle, die spontan aktiv werden oder sich regelmäßig an der frischen Luft in schönster Parkumgebung bewegen möchten. Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen im Innenteil.

Auf der Karte finden Sie den richtigen Treffpunkt anhand der Farbe Ihres Kurses aus der Programmübersicht.

TREFFPUNKTE:

BAD SALZUFLEN
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

Tourist-Information
Parkstraße 20
32105 Bad Salzuflen

T 05222 952-5200
info@bad-salzuflen.de
www.staatsbad-salzuflen.de

© Fotos: Bad Salzuflen / Adamski, Hub; Teutoburger Wald Tourismus

GESUNDWERK
BAD SALZUFLEN

Durchführung in Kooperation
mit dem Gesundwerk Bad Salzuflen

Aktiv im Park

Bewegungsangebote im Kurpark

Aktiv-Programm
April – Okt.
2025

BAD SALZUFLEN
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

Für Ihre Gesundheit

Aktiv im Park Programm April – Okt. 2025

BAD SALZUFLEN
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
VORMITTAGS	10.15 – 11.00 **ATEM-GYMNASTIK** April – Oktober	11.00 – 11.45 **BEWEGUNG & ENTSPANNUNG** April – Oktober	11.00 – 11.45 **YOGA** April – Oktober	11.00 – 11.45 **AKTIVIERENDE GYMNASTIK** April – Oktober	11.00 – 11.45 **QI GONG** April – Oktober	11.00 – 11.45 **KNEIPP ERLEBEN** 23.08., 13.09., 27.09., 11.10., 25.10.
VORMITTAGS	11.00 – 11.45 **AKTIVIERENDE GYMNASTIK** April – Oktober	11.45 – 12.30 **KNEIPP ERLEBEN** Mai – Oktober	11.45 – 12.30 **ATEM-GYMNASTIK** April – Oktober		11.45 – 12.30 **ATEM-GYMNASTIK** April – Oktober	11.45 – 12.45 **ATEM & BEWEGUNG** April – Oktober
NACHMITTAGS		16.15 – 17.00 **BEWEGUNG & ENTSPANNUNG** April – Oktober		16.15 – 17.00 **BEWEGUNG & ENTSPANNUNG (KAHA)** April – Oktober	15.00 – 15.45 **YOGA** April – Oktober	
NACHMITTAGS				17.00 – 17.45 **ATEM-GYMNASTIK** April – Oktober		

Änderungen vorbehalten

TREFFPUNKTE

- Aktivpunkt an der Aktivfläche
- Erlebnisgradierwerk Konzerthallenvorplatz
- Kneipp-Insel am kleinen Kurparksee

Bitte beachten Sie:
An Feiertagen finden keine Kurse statt.

Bei Regen finden alle Kurse unter den Schirmen am Erlebnisgradierwerk statt. Bei Starkregen, Sturm und Unwetter fallen die Kurse aus.

Bitte finden Sie sich pünktlich am Treffpunkt ein, da ein Ortswechsel während des Kurses möglich ist.

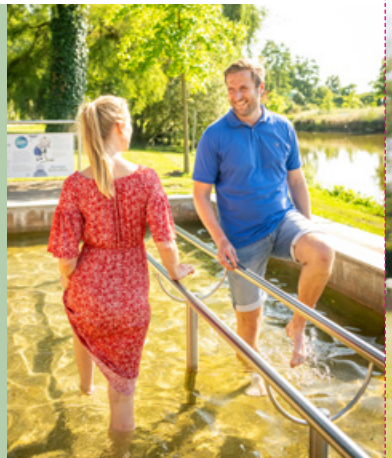
Die Teilnahme ist kostenlos für:

- Gäste mit gültiger SalzuflenCARD (Übernachtungsgäste, Tagesgäste und Unternehmen)
- Einwohner*innen mit Pluspaket 2025
- Gäste mit gültigem Kurparkticket

Änderungen vorbehalten.
Aktuelle Infos zu den Terminen und Kursen finden Sie hier:
www.staatsbad-salzuflen.de/a-aktiv-im-park-programm

Mitmachen!

*Anfänger*innen sind herzlich willkommen.*



Kursdauer:
Mo. – Fr.: ca. 45 Min.
Samstag: ca. 60 Min.