

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:



Ein Angebot der Stadt Bad Salzuflen

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/D. Ketz

Durchführung

GESUNDWERK BAD SALZUFLLEN

Salinenstraße 1

32105 Bad Salzuflen

T 05222 183-800

Mo, Mi, Fr 08.00 - 18.00 Uhr

Di, Do 08.00 - 19.00 Uhr

Sa 08.00 - 13.00 Uhr



Mein Wohlfühlort.

Aktiv-Programm

Bewegungsangebote im Kurpark



Aktiv im Sommer
April – Okt.
2026



Für Ihre
Gesundheit

Aktiv im Sommer April – Oktober 2026

 **BAD SALZUFLLEN**
LIPPISCHES STAATSBAD SEIT 1818

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
VORMITTAGS	10.15 – 11.00 ATEM- GYMNASTIK	11.00 – 11.45 BEWEGUNG & BALANCE	11.00 – 11.45 YOGA	11.00 – 11.45 AKTIVIERENDE GYMNASTIK	11.00 – 11.45 QI GONG	11.45 – 12.45 ATEM & BEWEGUNG
	11.00 – 11.45 AKTIVIERENDE GYMNASTIK	11.45 – 12.30 KNEIPP ERLEBEN	11.45 – 12.30 ATEM- GYMNASTIK		11.45 – 12.30 ATEM- GYMNASTIK	
NACHMITTAGS	16.15 – 17.00 KNEIPP ERLEBEN	16.15 – 17.00 BEWEGUNG & ACHTSAMKEIT (Bewegungsmeditation)	16.15 – 17.00 QI GONG	16.15 – 17.15 KAHA (Bewegung & Entspannung)	15.00 – 15.45 YOGA	
	17.00 – 17.45 TANZEN IM PARK – KÖRPER. MUSIK. ECHTSEIN.	17.00 – 17.45 SALZNEBEL- MEDITATION (Erlebnisgradierwerk)				

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
- 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](http://www.staatsbad-salzuflen.de/a-aktiv-im-park-programm)



Änderungen vorbehalten

Mitmachen!

Anfänger*innen
sind herzlich
willkommen.

