

Frühsport – Functional Fit

Funktionelle Übungen zur Muskelkräftigung

ab 15 Jahren

An der Sportbox am Stadtwall

Daniela Schneider

Sa. 07. Juni 08:30 - 09:30 Uhr

Frauen Power



FamilyFit

Lustige Bewegungsaufgaben

Eltern/Großeltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

An der Sportbox am Stadtwall

Daniela Schneider

Sa. 07. Juni 10:00 - 11:00 Uhr

Frauen Power



Easy Summer Yogaflow

Leichte fließende Vinyasa Praxis

Offen für alle

An der Sportbox am Stadtwall

Sabine Thalhammer

Mi. 02. Juli 18:30 - 19:30 Uhr

Mi. 09. Juli 18:30 - 19:30 Uhr

Mi. 16. Juli 18:30 - 19:30 Uhr

Mi. 23. Juli 18:30 - 19:30 Uhr



Longevity Workout

Functional Training & Yoga

Offen für alle

An der Sportbox am Stadtwall

Sabine Thalhammer

Mi. 02. Juli 17:30 - 18:30 Uhr

Mi. 09. Juli 17:30 - 18:30 Uhr

Mi. 16. Juli 17:30 - 18:30 Uhr

Mi. 23. Juli 17:30 - 18:30 Uhr



mühdorf BEWEGT

Mit der neuen Initiative fit und aktiv durch den Sommer! Die warmen Monate stehen vor der Tür und mit ihnen die perfekte Gelegenheit, sich sportlich zu betätigen. Die Sportraumentwicklung der Kreisstadt Mühdorf a. Inn hat für alle MühdorferInnen ein ganz besonderes Programm auf die Beine gestellt. Für jeden Geschmack, jede Generation und jedes Fitnesslevel ist etwas dabei.

Sport im Stadtpark

Starten Sie fit in den Tag oder powern Sie sich nach der Arbeit aus! Qualifizierte TrainerInnen bieten Ihnen im Zeitraum von Mai bis September 2025 kostenlose Workouts an. Ob Yoga, Taekwondo, Zumba oder Functional Training – hier ist für jeden etwas dabei.

Diese Initiative soll die BürgerInnen zu mehr Bewegung motivieren und gleichzeitig dazu beitragen, durch die Teilnahme das öffentliche Sportangebot auszubauen. Mit Ihnen gemeinsam möchten wir Aktions-Angebote langfristig etablieren sowie die Kreisstadt mit vielfältigen Sport- und Bewegungsanlagen zusätzlich ausstatten. Auch Vereine bekommen somit zusätzliche Präsenz. Dabei setzen wir durch die vielen kostenfreien Aktionen auf Ihre freiwillige Unterstützung. Für jede Teilnahme wird ein Geldbetrag für die Gestaltung eines Motorik-Parks am Stadtwall gespendet.

Machen Sie mit! Bewegen Sie sich, werden Sie Teil der Aktion und bringen Ihre Kreisstadt in Bewegung.



Treffpunkt für die Aktionen:

An der Sportbox

Diese befindet sich am Eingang zum Stadtpark am Stadtwall.



Kreisstadt
Mühdorf a. Inn

Wirtschaftsförderung und
Sportraumentwicklung
Stadtplatz 21
D-84453 Mühdorf a. Inn

mühdorf
BEWEGT

Weitere Infos unter:
www.muehdorf-bewegt.de



JÄNDL-SUBIK
moveALL®

STADTMARKETING
MÜHLDORF A. INN



Kreisstadt
Mühdorf a. Inn

SPORT IM PARK'25

mühdorf BEWEGT
Kurse, Aktionen und Workouts
im Stadtpark am Stadtwall
für alle Altersgruppen



Gestaltung: artconnect
Grafiken: Stock.com/Fire&Frost, Shutterstock u. birgit / Freepik

