

Outdoor-Fitness im Blücherpark

Kursnummer 26X241409

Beginn Mittwoch, 09.09.2026, 16:30 - 17:15 Uhr

Dauer 15 Termin(e)

Ort Blücherpark Köln

Dozent Lydia Ohles

Kursentgelt 75,00 €

Fitnesstraining im Freien aktiviert und stärkt Körper, Geist und Seele. In diesem Kurs werden Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit in unterschiedlichen Intervallen und Intensitäten gefördert, ohne zu überfordern. Wechselnder Trainingsaufbau und Equipment bieten Herausforderung und Spaß. Der Kurs findet bei jedem Wetter außer Unwettern statt. Bitte eigene Outdoor-Fitnessmatte mitbringen. Besonders geeignet für Einsteiger*innen!

Ihr Weg zum Treffpunkt: Mit öffentlichen Verkehrsmitteln über Haltestelle Escher Straße / Parkgürtel gut zu erreichen, kostenlose Parkplätze ebenfalls vorhanden. Bitte von dem angegebenen Treffpunkt (Eingang zum Tennisverein) dem asphaltierten Weg bin zur T-Kreuzung folgen (links befindet sich ein Spielplatz). Dann nach rechts wenden. Nach wenigen Metern ist links von Ihnen eine Treppe, die zu einer Plattform führt. Dort findet der Kurs statt. Gehzeit insgesamt knapp 5 Minuten.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

09.09.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

16.09.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

23.09.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

30.09.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

07.10.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

14.10.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

21.10.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

28.10.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

04.11.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

11.11.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

18.11.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

25.11.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

02.12.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

09.12.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

16.12.2026 16:30 - 17:15 Uhr Blücherpark Köln

[zur Kursdetail-Seite](#)

Outdoor-Fitness im Blücherpark

Kursnummer 26X241409

Beginn Mittwoch, 09.09.2026, 16:30 - 17:15 Uhr

Dauer 15 Termin(e)

Ort Blücherpark Köln

Dozent Lydia Ohles

Kursentgelt 75,00 €

[zur Kursdetail-Seite](#)