

Calisthenics-Park am GSH und Bullengraben Bau 2023

SEI AKTIV!



BETEILIGUNG BEI DER PLANUNG

Wünsche, Ideen, Anregungen

Der Calisthenics-Park wird kommen!

Mit Calisthenics den ganzen Körper trainieren,
alleine oder in der Gruppe. Wir machen Euch fit!

Wann? Ab 2023!

Wo! Direkt neben dem Fußballfeld

An welchen Modulen und Elementen
möchtest Du trainieren? Du hast die
Wahl!

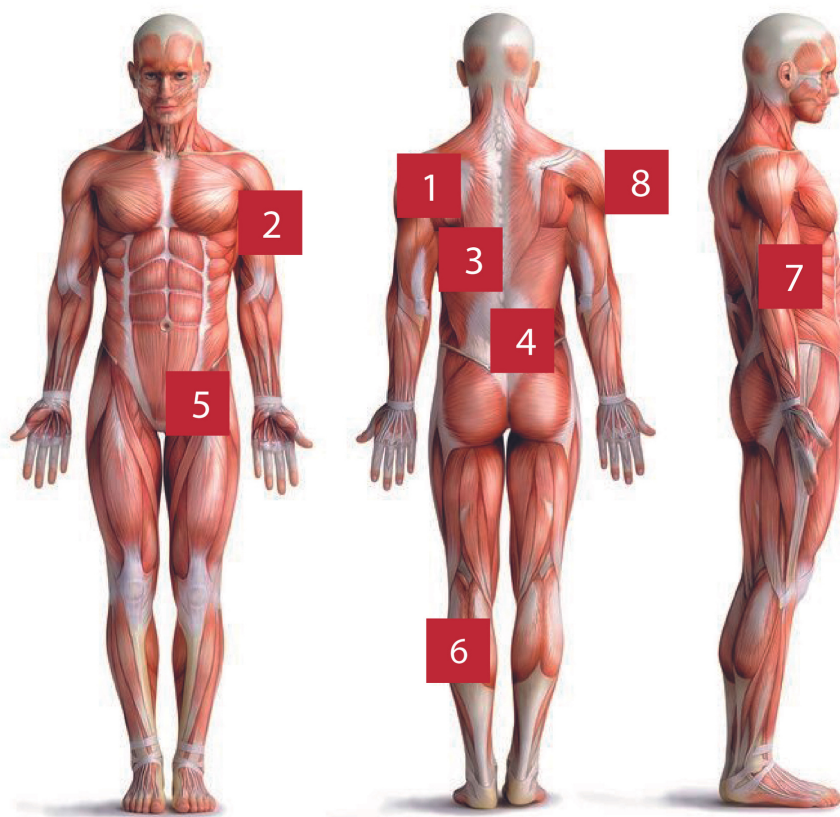


Stimmzettel erhältst Du im
Geschwister-Scholl-Haus (GSH)
oder beim Quartiersmanagement!
Nach der Befragung wird das
Grünflächenamt einen ersten
Entwurf bearbeiten und mit euch
diskutieren. Voraussichtlich
schon im September

Die Befragung läuft bis 05.06.2022

BESTELLE

MÖGLICHE ÜBUNGEN

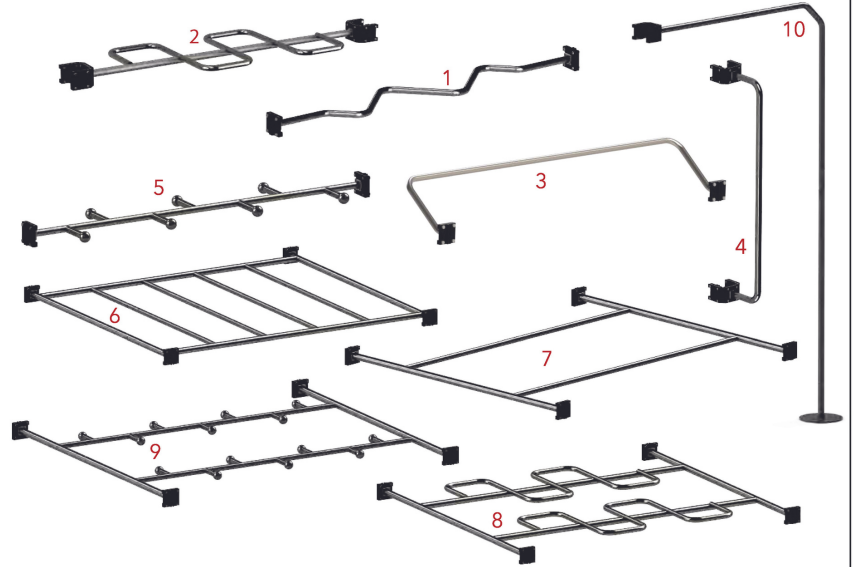


TRAINIERBAR

1. Schultermuskel
2. Brustmuskel
3. Rückenmuskel
4. Gesäßmuskel
5. Oberschenkelmuskel
6. Vadenmuskel
7. Bauchmuskel
8. Biceps Und Trizeps

STANGEN & LEITERN

1 2 3 4 7 8



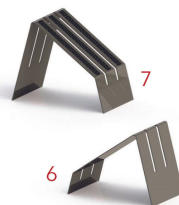
MODUL 1

BÄNKE & STEPBOXEN

3 4 5 6 7



MODUL 2

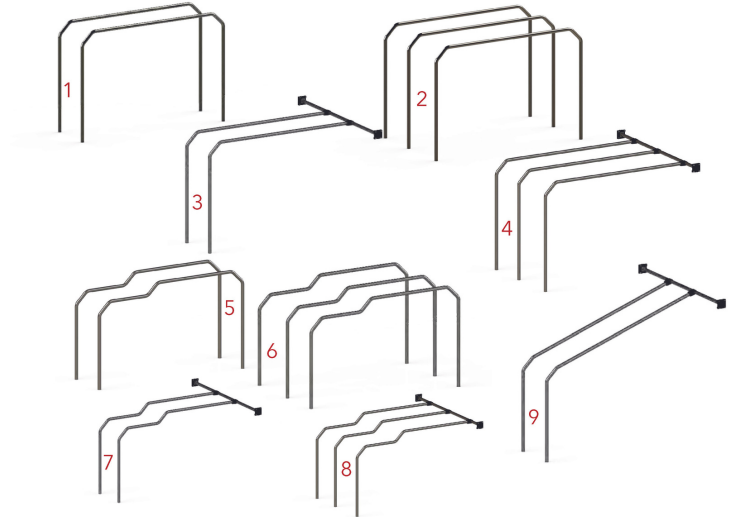


BARREN & BÜGEL

1 2 3 7



MODUL 3

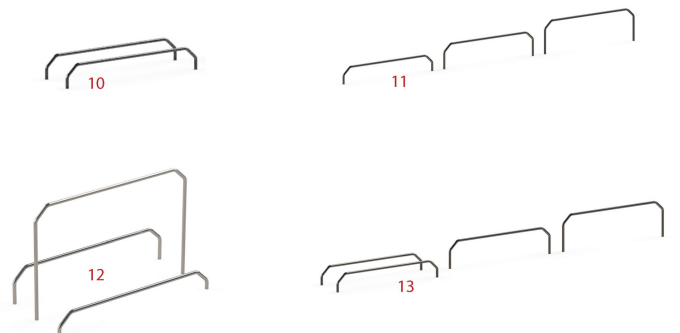


BARREN & BÜGEL

1 2 3 7



MODUL 4



WÄNDE & GRIFFMODULE

1 2 3 7



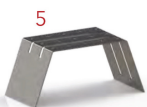
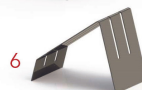
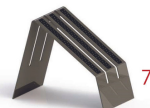
MODUL 5

BÄNKE & STEPBOXEN

3 4 5 6 7



MODUL 6



WELCHE MODULE UND ELEMENTE MÖCHTE ICH?

WUNSCH 1: SUPER WICHTIG!

WUNSCH 2: WICHTIG

WUNSCH 3: WÄR NICHT SCHLECHT

WUNSCH 4: WAS NOCH?

Die Befragung läuft bis 05.06.2022

DEINE STIMME ZÄHLT

Ich bin: m

w

d

Bitte ankreuzen