



Niederösterreich

Das kostenlose
Bewegungsprogramm
ohne Anmeldung von
Juni bis September 2021

Finanziert von:



Dachverband der
österreichischen
Sozialversicherungen

 Bundesministerium
Kunst, Kultur,
öffentlicher Dienst und Sport

In Kooperation mit:



Österreichische
Gesundheitskasse



bvaeb
Bundesarbeitsgemeinschaft
Österreichischer
Behindertensportler



ASKÖ



Special
Olympics
Österreich



SVS
Gemeinsam gesünder.



ASVO
Allgemeiner Sportverband
Österreich



SPORT
UNION



ÖBSV
Österreichischer
Behindertensportverband

Sei dabei, sei Bewegt im Park!

Genieße ein vielfältiges Bewegungsprogramm in einem Park in deiner Nähe – kostenlos und unverbindlich.

Bewege dich gemeinsam mit anderen TeilnehmerInnen direkt an der frischen Luft.

Lass dich von erfahrenen KursleiterInnen motivieren und dir Tipps geben, um fit und gesund zu bleiben.

Nähere Informationen zu den Kursen und dem aktuellen Stundenplan in deiner Stadt/Gemeinde findest du auf der Website unter:

www.bewegt-im-park.at



Die Teilnahme an den Bewegungseinheiten erfolgt freiwillig und auf eigene Gefahr. Die Durchführung des Angebots ist abhängig von den aktuell gültigen Corona-Bestimmungen.





St. Pölten

Ort & Park	Angebot
Pressbaum – Freibad Pressbaum	AquaFit
Pressbaum – Parkwiese	BodyFit
St. Pölten – Hammerpark	Zumba
St. Pölten – Hammerpark	Functional Training
St. Pölten – Viehofner See	Zirkeltraining
St. Pölten – Viehofner See	Wirbelsäule in Bewegung

St. Pölten Land

Ort & Park	Angebot
Böheimkirchen – Beachvolleyballplatz	Beachvolleyball 4 all
Böheimkirchen – Park	Bewegt durch den Sommer
Böheimkirchen – Park	Sanfte Gymnastik
Böheimkirchen – Park	Yoga Balance im Park
Karlstetten – Sportplatz	Get Fit 2021
Kasten – Beachvolleyballplatz	Fun & Fitness mit Volleyball
Kirchberg an der Pielach – Schloßpark	Rückenfit

Termin	Zeitraum	Verein
Fr, 10.30–11.30 Uhr	18.06. bis 03.09.	ASV Pressbaum Freizeitsport
Do, 18.30–19.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASV Pressbaum Freizeitsport
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	ESV Sektion Tanzsport
Di, 18.30–19.30 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION St. Pölten
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION St. Pölten
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION St. Pölten

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 19.30–20.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	Volleyball UNION Böheimkirchen
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Böheimkirchen
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Böheimkirchen
Fr, 18.30–19.30 Uhr	18.06. bis 03.09.	SPORTUNION Böheimkirchen
Do, 18.30–19.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Karlstetten
Di, 18.00–19.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	Beachvolleyball-UNION Sand-Kasten
Do, 18.30–19.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Kirchberg an der Pielach

Ort & Park	Angebot
Mauerbach – Wiese bei der Kartausenmauer	Fit durch den Sommer
Pyhra – Wiese bei der Volksschule	Fit durch den Sommer
Traismauer – Hans-Haas-Park	Aktiv durch den Sommer

Amstetten

Ort & Park	Angebot
Amstetten – Edlapark	Fit & Fun für jedermann und -frau
Aschbach-Markt – Gartenanlage Firma Starkl	Bewegt in Aschbach
Bruckbach – Bruckbach Spielplatz	Bewegung für die ganze Familie
Euratsfeld – Parkplatz	Sport und Bewegung im Rollstuhl
St. Valentin – Sportplatz Mittelschule	Body & Mind
St. Valentin – Sportplatz Mittelschule	Body Power
Ybbsitz – Dr. Meyer-Park	Bewegt durch den Sommer

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Mauerbach
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Pyhra
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Traismauer

Termin	Zeitraum	Verein
Di, 19.00–20.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	Fit & Fun UNION Amstetten
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Aschbach
Do, 17.00–18.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASKÖ Böhlerwerk
Fr, 18.30–20.30 Uhr	18.06. bis 03.09.	Rollstuhlsport Union Euratsfeld
Di, 19.00–20.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	Allgemeiner Turnverein St. Valentin 1911
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	Allgemeiner Turnverein St. Valentin 1911
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Ybbsitz

Baden

Ort & Park	Angebot
Baden – Doblhoffpark, Picknickwiese	Meridianyoga
Baden – Doblhoffpark, Picknickwiese	Sicher & fit Generation 50+
Kottingbrunn – Schlosspark	Hello Summer: Fit & Bewegt unter freiem Himmel
Leobersdorf – Generationenpark – Trainingspark ISW	Hello Summer: Fit & Bewegt unter freiem Himmel
Traiskirchen – Calistenics-Park	Functional Fitness
Traiskirchen – Trainingspark ISW	Athletic Training für alle

Bruck an der Leitha

Ort & Park	Angebot
Bruck an der Leitha – Harrachpark	Fit in den Tag
Leopoldsdorf bei Wien – Dr. Berta Gauster Park	Kraft – Ausdauertraining im besten Alter

Termin	Zeitraum	Verein
Di, 09.00–10.00 Uhr	22.06. bis 07.09.	JOANDO-BADEN
Di, 10.00–11.00 Uhr	22.06. bis 07.09.	JOANDO-BADEN
Do, 18.30–19.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTif
Mi, 09.30–10.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTif
Do, 17.00–18.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASKÖ – AK Traiskirchen
Mi, 18.00–19.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	Olympic Boxing Club

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 08.00–09.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	TURN- UND SPORTUNION Bruck an der Leitha
Mi, 18.30–19.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	LTV

Gänserndorf

Ort & Park	Angebot
Orth an der Donau – Volksschule	Pilates für jede Altersgruppe
Sierndorf a d March – Tut Gut Schrittweg	Fit im Gehen
Strasshof – Rodelberg/ Freizeitpark	FIT FOR FUN

Gmünd

Ort & Park	Angebot
Gmünd – Schlosspark	Allgemeines Konditionstraining
Hirschbach – Sportplatz	Sport und Spaß in der Natur
St. Martin – Freizeitanlage	Fitnessstraining
Unserfrau – Sportplatz	Allgemeines Konditionstraining

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	ÖTB ATV Orth/ Donau 1813
Di, 18.15–19.15 Uhr	15.06. bis 31.08.	SV Jedenspeigen/ Sierndorf
Sa, 09.00–10.00 Uhr	19.06. bis 04.09.	SV Gymnastics Gänserndorf

Termin	Zeitraum	Verein
Di, 19.00–20.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	Fitness UNION Waldviertel
Mo, 18.15–19.15 Uhr	14.06. bis 30.08.	Fitness UNION Waldviertel
Mo, 18.15–19.15 Uhr	14.06. bis 30.08.	Fitness UNION Waldviertel
Do, 17.30–18.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	Fitness UNION Waldviertel



Hollabrunn

Ort & Park	Angebot
Hollabrunn – Motorikpark	Fit & Fun
Hollabrunn – Motorikpark	Rückenfit
Hollabrunn – Motorikpark	Fit & Fun
Hollabrunn – SPORTUNION Beachcenter Hollabrunn	Hobby-Beachvolleyball
Ravelsbach – Barockgarten	Rückenpower
Ravelsbach – Sportplatz	Strong Nation® für jedes Level

Horn

Ort & Park	Angebot
Brunn an der Wild – Beachvolleyballplatz bei Freizeitanlage	Kraft, Ausdauer und Koordination für Männer und Frauen
Brunn an der Wild – Beachvolleyballplatz bei Freizeitanlage	Beachvolleyball

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 19.30–20.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Hollabrunn
Do, 09.00–10.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Hollabrunn
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Hollabrunn
Do, 19.00–20.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Hollabrunn
Di, 18.00–19.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	Sportleben
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	Sportleben

Termin	Zeitraum	Verein
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Fitnessverein Be Fit
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Fitnessverein Be Fit

Korneuburg

Ort & Park	Angebot
Bisamberg – Sportanlage Bisamberg	Cardio-Tennis
Großmugl – Trainingsplatz Sportverein	Pilates
Korneuburg – Schwedenpark	Fit and Fun mit Capoeira
Langenzersdorf – Seeschlacht	Sommergymnastik
Leobendorf – Behindertenhilfe Bezirk Korneuburg	Boccia
Spillern – Kr. Leopold Schretzmayer Park	Bootcamp
Spillern – Kr. Leopold Schretzmayer Park	Workout für eine starke Mitte
Stetteldorf am Wagram – Sportanlage	Athletiktraining für alle
Stockerau – Spielplatz Blabolilheim + Au	Koordinatives Walking-Workout
Stockerau – Spielplatz Senningbach	Zumba
Stockerau – Spielplatz Senningbach	Body Work
Stockerau – Stadtpark	Fit4all

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	UNION Tennisclub Rot-Weiss Bisamberg
Mo, 19.00–20.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	Österreichische TURN- UND SPORT- UNION Großmugl
Di, 18.30–19.30 Uhr	15.06. bis 31.08.	Capoeira BP
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Langenzersdorf
Mo, 16.00–17.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	Hand in Hand
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SC Malibu
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SC Malibu
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SV Stetteldorf
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Stockerau
Di, 18.45–19.45 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Stockerau
Do, 18.15–19.15 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Stockerau
Mi, 18.15–19.15 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Stockerau

Krems

Ort & Park	Angebot
Krems – Stadtpark	InklusivFit_Bewegung im Park
Krems an der Donau – Stadtpark	SUMMER FIT – Kraft- und Ausdauertraining

Krems-Land

Ort & Park	Angebot
Jaidhof – Erholungsteich	Linedance
Jaidhof – Erholungsteich	SUMMER FIT – Kraft- und Ausdauertraining

Lilienfeld

Ort & Park	Angebot
Hainfeld – Kinderspielplatz Badpromenade	Fit für Alle
Lilienfeld – Stiftspark	Bewegt durch den Sommer

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 09.30–10.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	Special Olympics Österreich
Mi, 18.00–19.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	KraftsportUNION-Powerteam-Krems

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Eisengraben Aktiv
Sa, 09.00–10.00 Uhr	19.06. bis 04.09.	KraftsportUNION-Powerteam-Krems

Termin	Zeitraum	Verein
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASKÖ Sparkasse Hainfeld
Mi, 17.00–18.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Lilienfeld

Melk

Ort & Park	Angebot
Kilb – Spielplatz beim Freibad	Fit durch den Sommer
Pöchlarn – Schlosspark	Bewegt durch den Sommer
Ybbs an der Donau – Bewegungspark	Fit im Bewegungspark

Mistelbach

Ort & Park	Angebot
Laa an der Thaya – Schubertpark	Fit durch den Sommer
Neudorf – Generationenpark	Fit durch den Sommer
Rabensburg – „Ehemaliger Spielplatz“	Wir bleiben fit
Schleinbach – Sonnleithen	Bewegung hält FIT
Wildendürnbach – Kinderspielplatz	Fit durch den Sommer

Termin	Zeitraum	Verein
Do, 18.00–19.00 Uhr	24.06. bis 09.09.	SPORTUNION Fitness Kilb
Mi, 18.45–19.45 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Nibelungengau
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	Laufclub Ybbs

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Fitnessclub Land um Laa
Di, 19.00–20.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Fitnessclub Land um Laa
Mi, 17.30–18.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	Damenturnverein Rabensburg
Mi, 18.30–19.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	AGIL-Aktiv&Gesund im Leben
Mo, 19.00–20.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Fitnessclub Land um Laa

Mödling

Ort & Park	Angebot
Mödling – Museumspark	Full Body Workout
Perchtoldsdorf – Begrischpark	Fit im Begrischpark
Südstadt – Freizeitgelände	Functional Fit
Südstadt – Freizeitgelände	Ausdauer und Kraft
Vösendorf – Freifläche vor Tennisplätzen	Racketlon Street
Vösendorf – Schlosspark	Cross Workout
Vösendorf – Schlosspark	Seniorentraining
Wiener Neudorf – Klosterpark	Tai Chi
Wiener Neudorf – Stocksportanlage des ESV Wr. Neudorf	Stocksport für Alle
Wiener Neudorf – Street Workout Sportplatz	HIIT / TABATA – Intervalltraining

Neunkirchen

Ort & Park	Angebot
Neunkirchen – Laufstrecke Föhrenwald	Fitness-Treff
Pitten – Schulwiese	Fit durch den Sommer

Termin	Zeitraum	Verein
Do, 17.30–18.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASKÖ Mödling
Mi, 18.00–19.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Perchtoldsdorf
Di, 19.00–20.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Südstadt
Do, 19.00–20.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Südstadt
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	ASVÖ Racketsport Vösendorf
Di, 18.30–19.30 Uhr	15.06. bis 31.08.	fit4life
Mi, 09.00–10.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	Bodyfit Vösendorf
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	ASKÖ Fitness Verein Wiener Neudorf
Di, 17.00–18.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	NÖ Sportverein für behinderte Menschen
Mi, 18.00–19.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	ASKÖ Fitness Verein Wiener Neudorf

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 19.00–20.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	TC Sparkasse Neunkirchen
Mi, 18.30–19.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	Turnverein ÖTB Pitten 1884

Scheibbs

Ort & Park	Angebot
Purgstall – Badpark Purgstall	Gesunde Bewegung im Park
Purgstall – Badpark Purgstall	Bewegungsspaß für Groß und Klein
Scheibbs – Töpperpark	Allgemeine Bewegung
Wieselburg – Schlosspark	Fitness-Training im Freien

Tulln

Ort & Park	Angebot
Absdorf – Garten der Pfarre	Ismakogie – Mit Schwung zur guten Haltung
Kirchberg am Wagram – Wiese vor der Wagramhalle	Rückenfit & Pilates
Langenlebarn – Donaulände	Smovey-Fitness
Langenlebarn – Donaulände	Fit & g'sund durch den Sommer
Tulln – Aubad Tulln	Crosstraining Outdoor
Tulln – Aubad Tulln	TRX Schlingen-Training
Würmla – Schlosspark	Fit durch den Sommer

Waidhofen an der Ybbs

Ort & Park	Angebot
Beachvolleyballplatz	Fit & Fun am Beach für jedermann und -frau

Termin	Zeitraum	Verein
Di, 18.00–19.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	ASKÖ Volksbank Purgstall
So, 09.30–10.30 Uhr	20.06. bis 12.09.	ASKÖ Volksbank Purgstall
Mo, 18.30–19.30 Uhr	21.06. bis 06.09.	Sportclub Aktiv gesund
Mo, 19.00–20.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	wellness aktiv

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 09.00–10.00 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Absdorf
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	USC Mama Fitness
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Langenlebarn
Mi, 18.30–19.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	SPORTUNION Langenlebarn
Mo, 18.00–19.00 Uhr	21.06. bis 06.09.	SPORTUNION Tulln
Di, 18.00–19.00 Uhr	22.06. bis 07.09.	SPORTUNION Tulln
Di, 18.30–19.30 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Würmla

Termin	Zeitraum	Verein
Di, 18.30–19.30 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Waidhofen/Ybbs

Wiener Neustadt

Ort & Park	Angebot
Steinabrückl – Biotop „Natur Pur“	athleticflow am Biotop
Wiener Neustadt – Akademiepark	Starker Rücken
Wiener Neustadt – Sportplatz Martinsgasse	Beachvolleyball 4 all
Wiener Neustadt – Sportplatz Martinsgasse	Gesundheitssport Mix
Wiener Neustadt – Stadtpark	Fit and Fun mit Capoeira
Wöllersdorf – Biotop	Fit durch den Sommer am Biotop

Wiener Neustadt Land

Ort & Park	Angebot
Bad Erlach – Linker/Rechter Mühlweg	Fit im Park
Lanzenkirchen – Schickerwiese	Sanftes Bewegen für ALLE

Zwettl

Ort & Park	Angebot
Göpfritz an der Wild – Platz der Freiwilligen Feuerwehr	Nordic Walking

Termin	Zeitraum	Verein
Mi, 18.30–19.30 Uhr	16.06. bis 01.09.	Sports&Fun
Mo, 08.30–09.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	Sportclub Aktiv gesund
Di, 18.00–19.00 Uhr	15.06. bis 31.08.	SPORTUNION Wiener Neustadt
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION Wiener Neustadt
Mo, 18.30–19.30 Uhr	14.06. bis 30.08.	Capoeira BP
Do, 18.30–19.30 Uhr	17.06. bis 02.09.	Sports&Fun

Termin	Zeitraum	Verein
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	Tennisclub UNION Bad Erlach
Mo, 18.00–19.00 Uhr	14.06. bis 30.08.	SPORTUNION Abenteuer, Freizeit, Senioren NÖ SÜD

Termin	Zeitraum	Verein
Do, 18.00–19.00 Uhr	17.06. bis 02.09.	SPORTUNION bewusst bewegen barrierefrei Waldviertel

www.bewegt-im-park.at

Herausgeber: Dachverband der Sozialversicherungsträger, Kundmanngasse 21, 1030 Wien; www.bewegt-im-park.at; Gestaltung: Die fliegenden Fische Werbeagentur, Schranngasse 10e, 5020 Salzburg; Herstellung: Samson Druck GmbH, Samson Druck Straße 171, 5581 St. Margarethen