

# SPORT IM PARK IN METTMANN

- Gemeinsam AKTIV!
- Kostenlos
- vom 02.07. bis 28.08.2025



Foto: © LSB NRW / Andrea Bowinkelmann

**Kreissportbund  
Mettmann e.V.**



# SPORT IM PARK

... ist ein offenes Sport- und Bewegungsangebot für Jung und Alt, sowie Anfänger und Fortgeschrittene

... die Teilnahme ist kostenlos

... findet bei jedem Wetter statt

... empfiehlt bequeme Freizeit- oder Sportbekleidung

... Getränke und ggf. ein Handtuch oder eine Isomatte sind bitte mitzubringen

... es gibt keine WC- Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten

... die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr



**Info und Voranmeldung:**  
**mettmann-sport e.V.**  
[www.me-sport.de](http://www.me-sport.de)



**Folgt uns auf Instagram:**

[www.instagram.com/kreissportbundmettmann/](https://www.instagram.com/kreissportbundmettmann/)

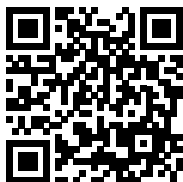


## Sport der Älteren

➤ **Montags**, jeweils 17.30 bis 18.15 Uhr  
am 14.07., 21.07., 04.08. und 11.08.25



**Gustav-Comberg-Park, Metzkausen**  
<https://goo.gl/maps/v66nEXUFvowJLyHj6>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



## Fit im Park

➤ **Montags**, jeweils 18.30 bis 19.15 Uhr  
am 14.07., 21.07., 04.08. und 11.08.25



**Gustav-Comberg-Park, Metzkausen**  
<https://goo.gl/maps/v66nEXUFvowJLyHj6>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



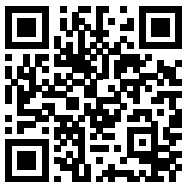
## Functional Training\*

- **Montags**, jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr  
am 14.07., 21.07., 28.07., 04.08., 11.08.,  
18.08. und 25.08.25



## Wiese Goldberger Mühle

<https://goo.gl/maps/Yts1yCReMoTxMudg8>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**

\* Bitte Kleinhanteln oder gefüllte kleine  
Wasserflaschen und eine Matte mitbringen.



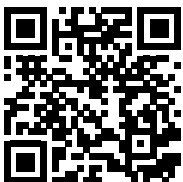
## Outdoor-Fitness

- **Dienstags**, jeweils 18.00 – 19.00 Uhr  
am 15.07., 22.07., 12.08., 19.08. und  
26.08.25



## Sportplatz Hasselbeckstraße 6

<https://maps.app.goo.gl/bEUmkB2XnGcdpgst6>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



## Line-Dance

🕒 **Mittwochs**, jeweils 17.00 bis 18.00 Uhr  
am 16.07., 23.07. und 30.07.25



**Schulhof Gruitenerstr., Mettmann**

<https://maps.app.goo.gl/v2DPxPaXmjz2wM386>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



## Yoga

🕒 **Mittwochs**, jeweils 18.00 bis 19.30 Uhr  
am 02.07, 09.07, 16.07., 23.07, 30.07.,  
06.08, 13.08. und 20.08.25



**Wiese Goldberger Mühle**

<https://goo.gl/maps/Yts1yCReMoTxMudg8>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



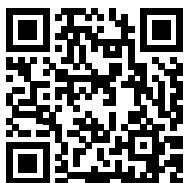
## Entspannung mit Chi

🕒 **Mittwochs**, jeweils 19.30 bis 20.30 Uhr  
am 23.07, 30.07., 06.08, 13.08., 20.08.  
und 27.08.25



**Sportplatz am HHG, Werferanlage,  
40822 Mettmann**

<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



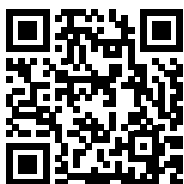
## Kraftausdauer mit Zumba

🕒 **Donnerstags**, jeweils 19.00 bis 20.00 Uhr  
am 24.07, 31.07., 07.08., 14.08., 21.08.  
und 28.08.25



**Sportplatz am HHG, Werferanlage,  
40822 Mettmann**

<https://goo.gl/maps/gvX5RFFYYMyA7m7DA>



Änderungen vorbehalten!



Team Breitensport des **me-sport e.V.**



**Die Teilnahme ist kostenlos!**



## ÜBER UNS

Mettmann-sport e.V. ist ein großer Sportverein mit über 25 verschiedenen Abteilungen und Fachbereichen. Für Jung und Alt, leistungs- und gesundheitsorientiert, inklusiv und integrativ bieten wir wöchentlich rund 300 Stunden Sport und Bewegung in Sporthallen, im Hallenbad, auf dem Sportplatz, in der Natur sowie im vereinseigenen Fitnessstudio.

Darüber hinaus engagieren wir uns für das gesellschaftliche und soziale Leben in unserer Stadt. Wir sind Ausrichter des Mettmanner Bachlaufs und des Mettmanner Duathlons. Kooperationen mit Kindergärten und Schulen sind für uns selbstverständlich, so sind wir Partner von zwei Bewegungskindergärten und bieten Bewegungsangebote in der Ganztagsbetreuung an. Tradition haben unsere Ferienaktionen für Kinder wie das Zirkuscamp, aber auch die „PartyDeluxe“ für Erwachsene.



Folgt uns auf Instagram:

[www.instagram.com/kreissportbundmettmann/](https://www.instagram.com/kreissportbundmettmann/)

# Kontakt

## Ihre Ansprechpartner:



**mettmann-sport e.V.**  
Hasselbeckstraße 6  
40822 Mettmann  
[www.me-sport.de](http://www.me-sport.de)

☎ 02104 - 976006  
✉ [info@me-sport.de](mailto:info@me-sport.de)



**Kreissportbund Mettmann e.V.**  
Mittelstraße 9  
40822 Mettmann  
[www.ksbmettmann.de](http://www.ksbmettmann.de)

☎ 02104 - 976100  
✉ [info@ksbmettmann.de](mailto:info@ksbmettmann.de)

---

Mit freundlicher Unterstützung von