

1. Halbzeit ■ April bis Juni 2024



StadtSportbund
Braunschweig e.V.



MITMACHEN!

BürgerSport im Park 2024

BÜRGER
STIFTUNG Braunschweig 



Liebe Braunschweigerinnen, liebe Braunschweiger,

im nunmehr sechsten Jahr startet wieder eine neue BürgerSport-im-Park-Saison. Seit 2019 wurde BürgerSport im Park von der Bürgerstiftung Braunschweig in Kooperation mit dem Stadtsportbund Braunschweig e. V. mit großem Erfolg durchgeführt. Der Stadtsportbund hat nunmehr die Projektträgerschaft von der Bürgerstiftung übernommen. Die Rahmenbedingungen für die Durchführung werden sich hierdurch aber nicht ändern.

Kommen Sie einfach vorbei

Gemeinsam mit der Bürgerstiftung Braunschweig, die das Projekt weiterhin als Kooperationspartnerin fördert, laden wir Sie ein, an den weiterhin kostenfreien Sport- und Bewegungsangeboten teilzunehmen. Alle Termine können Sie ohne Anmeldung oder besondere Vorkenntnisse besuchen. Schlüpfen Sie in bequeme Kleidung und machen Sie einfach mit. In öffentlichen Parks und auf frei zugänglichen Grünflächen kommen Sie so gemeinschaftlich in Bewegung. Qualifizierte Übungsleitende aus Braunschweiger Sportvereinen zeigen Ihnen wie.

Eine Teilnahme lohnt sich

In dieser Broschüre und auf www.buergersport.de finden Sie alle Sport- und Bewegungsangebote für die erste Halbzeit von BürgerSport im Park. Sie startet am 8. April und endet am 23. Juni. 20 Sportvereine organisieren in diesem Zeitraum 30 Angebote – davon 19 inklusive – in 24 Sportarten. Die zweite Halbzeit schließt sich direkt am 24. Juni mit Beginn der Sommerferien an. Bis zum 27. September erwarten Sie dann bekannte und neue Angebote.

Wir freuen uns auf Sie

Das Organisationsteam von BürgerSport im Park freut sich, wenn auch Sie in diesem Jahr (wieder) dabei sind. Ein besonderer Dank geht an die Braunschweiger Sportvereine. Das Engagement der Vereinsverantwortlichen und insbesondere der Übungsleitenden macht BürgerSport im Park überhaupt erst möglich.

Sportliche Grüße
Ihr

Stadtsportbund Braunschweig e. V.



Fitness *Konditionstraining*

| 5



Körperbalance

| 11



Tanzen & Kampfkunst

| 17



Walken, Laufen & Spielen | 23



Workout *Muskeltraining*

| 29

Wochenübersicht | 32
Treffpunkte | 34

Vorstellung Stadtsportbund | 36
Vorstellung Bürgerstiftung | 38

Energy Dance*
Fit-Mix*
Treppenlauf-Workout
Zumba

Blasrohrsport*
Kinderturnen
QiGong*
QiGong & Tai-Chi*

Taiji (Tai-Chi)*
Yoga & Klangmeditation

Bellydance (Bauchtanz)
Capoeira*
Ju-Jutsu* (Kampfkunst)
LindyHop

Zumba Dance*

Ballspiele & Fitness für Kinder*
Ballsport & Fitness für Kinder*
Park-Fit
Quadball (Quidditch)

Tennis für Kinder
Walking*

Calisthenics*
Calisthenics & Turnen
Mittagspausen-Workout*





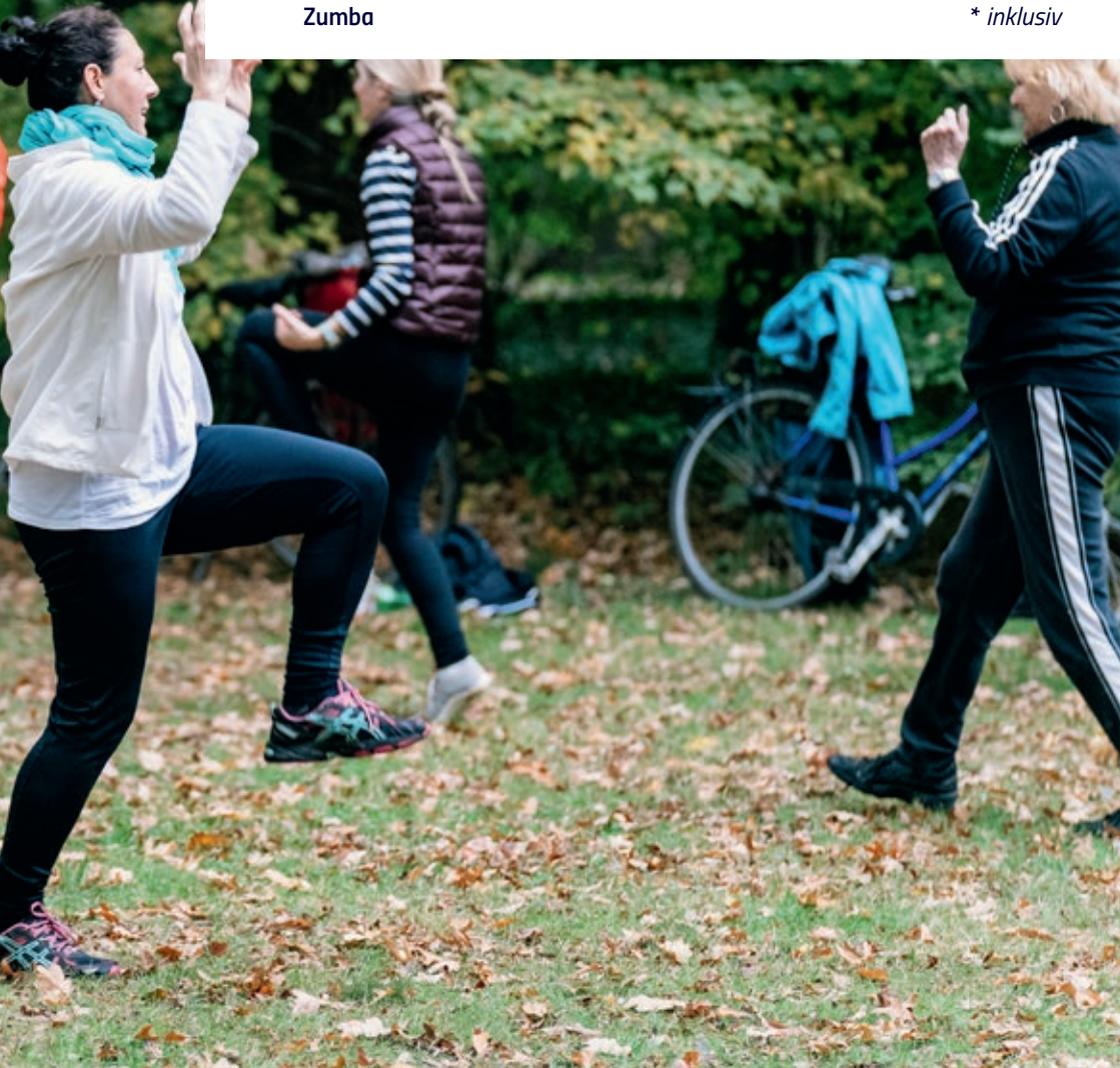
Energy Dance*

Fit-Mix*

Treppenlauf-Workout

Zumba

** inklusiv*





Energy Dance im Bürgerpark

Für alle, die Lust auf Bewegung zu Musik haben. Keine Choreografie, keine Takte zählen, keine Schritte merken – harmonische Bewegungen für ein gutes Körpergefühl, moderates Herz-Kreislauf-Training.

- Treffpunkt:** Grünfläche an der Volkswagen Halle
- Zielgruppe:** Jugendliche und Erwachsene
- Inklusiv:** Körperliche Einschränkungen werden mit einer gezielten Übungsauswahl ausgeglichen.
- Besonderes:** Bitte bequeme Kleidung, Sportschuhe und ausreichend zu trinken mitbringen.

Dienstag, ab 11:00 Uhr
 09. April 23. April 07. Mai
 16. April 30. April

Anbieter:
 MTV Braunschweig von 1847 e. V.
 (0531) 49218
info@mtv-bs.de



Energy Dance im Bürgerpark

Motto: „Raus aus dem Kopf – rein in die Bewegung!“ Herz-Kreislauftraining zur Verbesserung der Beweglichkeit, der Koordinationsfähigkeit und der Körperwahrnehmung mit Musik. Keine Choreografie, keine Takte zählen, keine Schritte merken – einfach den Bewegungsabläufen direkt folgen.

- Treffpunkt:** Grünfläche an der Volkswagen Halle
- Zielgruppe:** Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche und Erwachsene
- Inklusiv:** Körperliche Einschränkungen werden mit einer gezielten Übungsauswahl ausgeglichen.
- Besonderes:** Bitte bequeme Kleidung, Sportschuhe und ausreichend zu trinken mitbringen.

Freitag, ab 17:00 Uhr
 12. April 03. Mai 31. Mai
 19. April 17. Mai 07. Juni
 26. April 24. Mai 14. Juni

Anbieter:
 Gymnastik- und Tanzsport-Club (GTC)
 Rünigen e. V.
 (0531) 873441
n.zwarycz@outlook.de



Fit-Mix im Prinzenpark

Der richtige Einstieg, wieder etwas für die eigene Fitness zu tun. Das Ziel ist, die Ausdauer zu erhöhen, die Fitness und allgemeine Beweglichkeit zu verbessern und zusammen Spaß zu haben. Zwischen den einzelnen Bewegungseinheiten wird nicht ge Joggt, höchstens zügig gegangen.

Treffpunkt: Kirche St. Matthäus,
Herzogin-Elisabeth-Straße
80 A

Zielgruppe: Jugendliche und
Erwachsene, für Anfänger

Inklusiv: Körperliche Einschränkungen werden mit einer gezielten Übungsauswahl ausgeglichen.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung,
Sportschuhe und ausreichend zu trinken mitbringen.

Donnerstag, ab 18.00 Uhr

11. April	16. Mai	13. Juni
18. April	23. Mai	20. Juni
25. April	30. Mai	
02. Mai	06. Juni	

Anbieter:
SC Greif e. V.
0173.6478007
ulldo@web.de



Treppenlauf-Workout 1 im Richmondpark

Treppen als Sportgerät für Intervalltraining, Konditionstraining und Krafttraining im Wechsel.

Treffpunkt: Treppen am Kennelbad
zum Ringgleis (Zugang
über Eisenbütteler Straße)

Zielgruppe: Erwachsene, für Anfänger

Besonderes: Bitte Sportkleidung und
viel zu trinken mitbringen.

Sonntag, ab 10:00 Uhr

14. April	19. Mai	09. Juni
21. April	26. Mai	16. Juni
28. April	02. Juni	

Anbieter:
MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218
info@mtv-bs.de





Treppenlauf-Workout 2 im Richmondpark

Treppen als Sportgerät für Intervalltraining, Konditionstraining und Krafttraining im Wechsel.

Treffpunkt: Treppen am Kennelbad zum Ringleis (Zugang über Eisenbütteler Straße)

Zielgruppe: Erwachsene, für Fortgeschrittene

Besonderes: Bitte Sportkleidung und viel zu trinken mitbringen.

Sonntag, ab 11:00 Uhr

14. April	19. Mai	09. Juni
21. April	26. Mai	16. Juni
28. April	02. Juni	

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e.V.
(0531) 49218
nfo@mtv-bs.de

Zumba im Inselwallpark

Zumba kombiniert feurige lateinamerikanische Rhythmen wie Salsa, Samba, Merengue mit coolen Fittesselementen aus dem Aerobicbereich.

Treffpunkt: Grünfläche am Springbrunnen (Zugang „Torbogen“ über Inselwall)

Zielgruppe: Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung und ausreichend zu trinken mitbringen.

Mittwoch, ab 18:00 Uhr

01. Mai	15. Mai	29. Mai
08. Mai	22. Mai	

Anbieter:

SV Querum e.V.
(0531) 3557639
svquerum@web.de



Sportivationsstag 2024

mit Spiel- und Sportfest

30. Mai 2024 | 09:00 – 13:00 Uhr

Bezirkssportanlage Rünigen

Der Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V. hat für die Ausrichtung des Sportivationsstag 2024 den Stadtsportbund Braunschweig e.V. als Kooperationspartner gewinnen können.

Der Stadtsportbund wird den Sportivationsstag gemeinsam mit dem niedersächsischen Leichtathletik Verband Kreis Braunschweig **am 30.**

Mai 2024, von 09:00 bis 13:00 Uhr, auf der Bezirkssportanlage Rünigen, Leiferder Weg 1, 38122 BS, ausrichten.

An diesem Tag werden Kinder ab 6 Jahren und Jugendliche – mit einer geistigen Behinderung und ohne Handicaps – gemeinsam ihr Deutsches Sportabzeichen in den Kategorien Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination ablegen und bei verschiedenen Spielstationen ihre Motorik ausprobieren können. Alle Teilnehmenden erhalten eine Urkunde und eine Medaille.

Für die Teilnahme am Sportivationsstag muss **bis spätestens 05. Mai 2024** eine formelle Anmeldung, insbesondere für die Abnahme des Sportabzeichens, erfolgen. Die Schulen können ihre teilnehmenden Schülerinnen und Schüler als Gruppe mit einer Namensliste anmelden.

Weitere Informationen zum Sportivationsstag 2024 und zur Anmeldung sind auf der Homepage des Stadtsportbundes unter **www.ssb-bs.de** zu finden.

Kontakt

Stadtsportbund Braunschweig e.V.
Frankfurter Straße 279, 38122 BS
(0531) 80077
sportivationsstag@ssb-bs.de
www.ssb-bs.de







Körperbalance

| 11

Blasrohrsport*
Kinderturnen
Qigong*
Qigong & Tai-Chi*

Taiji (Tai-Chi)*
Yoga & Klangmeditation

** inklusiv*





Blasrohrsport im Heidbergpark

Jede/r, der einen Luftballon aufblasen oder eine Kerze auspusten kann, hat alle Voraussetzungen für diesen Sport. In erster Linie werden die Konzentration sowie die Hand-Auge-Koordination gefördert. Die Körperhaltung wird geschult und nachhaltig verbessert. Das Lungenvolumen wird erhöht und die Kondition gesteigert.

Treffpunkt: Beachvolleyballfeld beim Parkplatz Jägersruh

Zielgruppe: Kinder ab 7 Jahren, Jugendliche und Erwachsene

Inklusiv: Die Übungen können individuell angepasst werden.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Mittwoch & Freitag, ab 18:00 Uhr

08. Mai 15. Mai 05. Juni

10. Mai 22. Mai

Anbieter:

KKS Mascherode e. V.

0176.55014011

vorstand@kks-mascherode.de



Kinderturnen im Schul- und Bürger- garten Dowesee

Ein Kind und ein Elternteil oder eine Begleitperson turnen zusammen mit den mitgebrachten Materialien. Es gibt einen musikalischen Anfang und ein gemeinsames Ende.

Treffpunkt: Grünfläche am Grillplatz (Doweseeweg)

Zielgruppe: Kinder von 2–6 Jahren (mit einer B)

Besonderes: Bitte ein Handtuch, einen Löffel und ein Paar Socken und etwas zu trinken mitbringen.

Samstag & Sonntag, ab 11:00 Uhr

13. April 27. April 05. Mai

20. April 04. Mai

Anbieter:

SV Kralenriede 1922 e. V.

(0531) 352456

vorstand@svkralenriede.de



Qigong am Löwenwall

Eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist. Fließende und ruhige Bewegungen fördern die Gesundheit.

Treffpunkt: Grünfläche am Obelisken

Zielgruppe: Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene

Inklusiv: Die Übungen können individuell angepasst werden.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Donnerstag, ab 11:00 Uhr

11. April	16. Mai	13. Juni
18. April	23. Mai	20. Juni
25. April	30. Mai	
02. Mai	06. Juni	

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218
info@mtv-bs.de

Qigong im Prinzenpark

Eine chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist. Fließende und ruhige Bewegungen fördern die Gesundheit.

Treffpunkt: Grünfläche an der Kita Prinzenpark (Zugang über Ebertallee)

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene

Inklusiv: Das Üben der Bewegungen im Stehen muss möglich sein.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Donnerstag, ab 17:30 Uhr

11. April	16. Mai	13. Juni
18. April	23. Mai	20. Juni
25. April	30. Mai	
02. Mai	06. Juni	

Anbieter:

BTSV Eintracht von 1895 e. V.
(0531) 232300
btsv@eintracht.com

13



Körperbalance





Qigong & Tai-Chi am Löwenwall

Stille und Freunde in der Bewegung: Die kurzen, langsam fließenden Bewegungssequenzen im Stehen dienen der Entspannung, dem Wohlbefinden und können mit wenig Kraftaufwand einen Ausgleich zur Hektik des Alltags schaffen.

- Treffpunkt:** Grünfläche am Obelisken
- Zielgruppe:** Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Inklusiv:** Das Üben der Bewegungen im Stehen muss möglich sein. Alternativen im Sitzen möglich.
- Besonderes:** Bitte bequeme Kleidung, leichte Schuhe und gegebenenfalls etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 10:00 Uhr

29. April	27. Mai	17. Juni
06. Mai	03. Juni	
13. Mai	10. Juni	

Anbieter:

Sportclub Einigkeit (SCE) Gliesmarode von 1902 e. V.
(0531) 371331
vorstand@scegliesmarode.de



Tai-Chi im Heidbergpark

Das traditionelle „Schattenboxen“ aus China. Tai Chi ist eine sanfte Bewegungskunst, die der Meditation sowie dem körperlichen Training dient und sogar zur Selbstverteidigung genutzt werden kann. Tai Chi kann Körper und Geist in Einklang bringen.

- Treffpunkt:** Grünfläche an der Stolpstraße (Ende Stettinstraße)
- Zielgruppe:** Jugendliche und Erwachsene, auch ohne Vorkenntnisse
- Inklusiv:** Eine Teilnahme für Menschen mit Sehbehinderung, einer Hörschädigung oder körperlichen Einschränkungen ist möglich.
- Besonderes:** Bitte lange bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

Montag, ab 19:30 Uhr

08. April	06. Mai	10. Juni
15. April	13. Mai	17. Juni
22. April	27. Mai	
29. April	03. Juni	

Anbieter:

Welfen SC Braunschweig e. V.
(0531) 1805971
kontakt@welfensport.de



Taiji (Tai-Chi) im Bürgerpark

Das Einzigartige an Taiji ist die Verknüpfung von Entschleunigung, Konzentration und Entspannung bei körperlicher Bewegung. Die auf Qigong-Prinzipien basierenden Folgen von energetischen und körperkräftigenden Übungen wirken als Bewegungsmeditation beruhigend und Stress abbauend.

Treffpunkt: Grünfläche am Portikus-
teich (Zugang über
Theodor-Heuss-Straße und
Bandungbrücke)

Zielgruppe: Erwachsene ab 18 Jahren

Inklusiv: Auch als Bewegungs-
therapie für Menschen
mit Bewegungsstörun-
gen, Parkinson und nach
Schlaganfall geeignet.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung
mitbringen.

Montag, ab 16:30 Uhr,

15. April	06. Mai	03. Juni
22. April	13. Mai	10. Juni
29. April	27. Mai	17. Juni

Anbieter:

Entspannung mit System e. V.
(030) 1844440306

verein@entspannung-mit-system.de



Yoga & Klangschalen- meditation im Bürgerpark

Beim Yoga werden die Bewegung (Asanas) im Einklang mit dem Atem (Prana) vereint. Der Yogaeinheit folgt die Klangschalenmeditation. Die Klänge sollen die Teilnehmenden in die Endentspannung (Shavasana) tragen – eine Auszeit vom Alltagsstress.

Treffpunkt: Grünfläche an der
Volkswagen Halle

Zielgruppe: Erwachsene, für Anfänger
und Fortgeschrittene

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung,
eine Matte und etwas zu
trinken mitbringen.

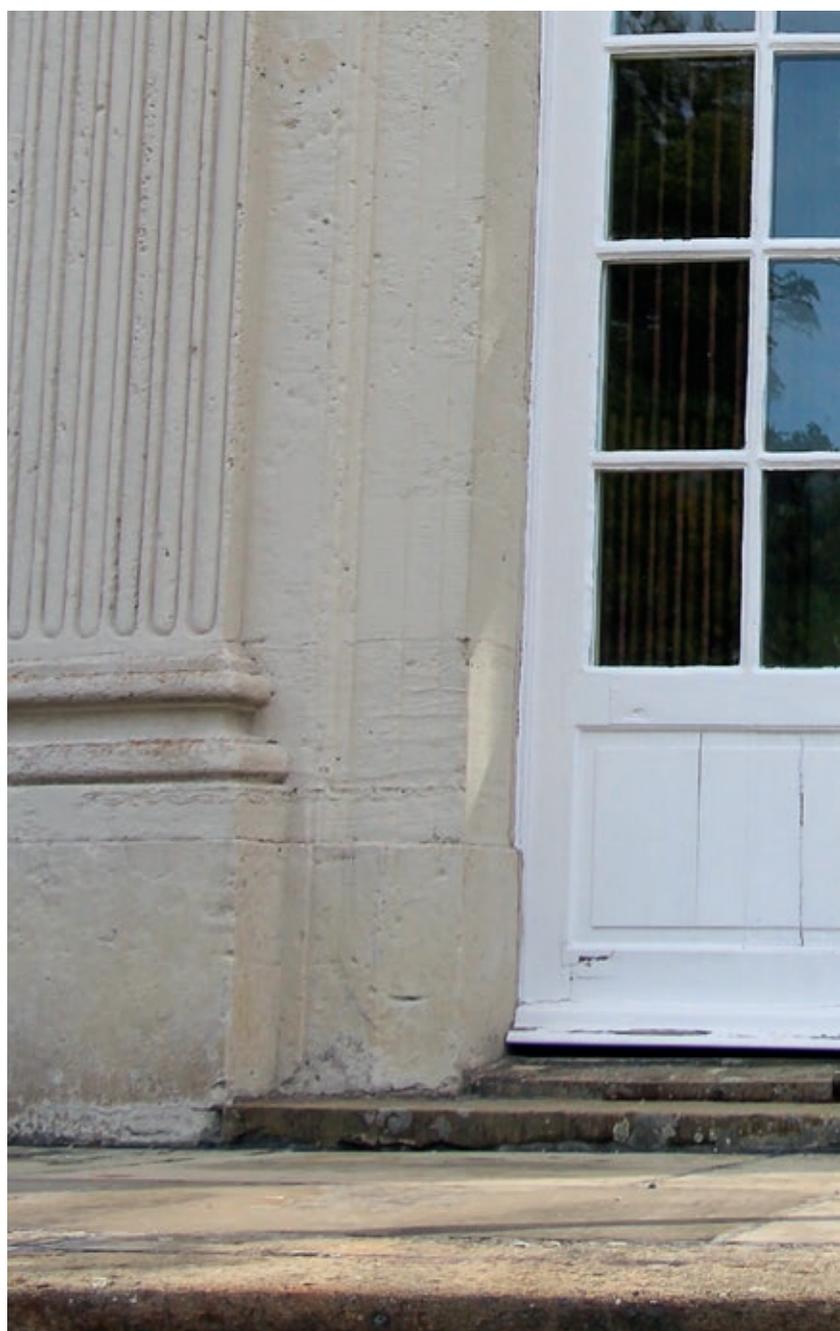
Dienstag, ab 17:30 Uhr

30. April	28. Mai	18. Juni
07. Mai	04. Juni	
14. Mai	11. Juni	

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218
info@mtv-bs.de







Tanzen & Kampfkunst

| 17

Bellydance (Bauchtanz)

Capoeira*

Ju-Jutsu* (Kampfkunst)

LindyHop

Zumba Dance*

* *inklusiv*



Bellydance (Bauchtanz) im Bürgerpark

Entdecke neue Bewegungsabläufe, die Sinnlichkeit dieser Tanzform und ein neues Körpergefühl. Bring Freude an der Bewegung und Lust auf neue Erfahrungen mit. Nebenbei wird die Muskulatur aufgebaut und die Körperhaltung verbessert. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

- Treffpunkt:** Grünfläche an der Volkswagen Halle
- Zielgruppe:** Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Besonderes** Bitte bequeme Kleidung und Schuhe, möglichst ein Tuch für die Hüfte, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 17:45 Uhr

29. April	20. Mai	10. Juni
06. Mai	27. Mai	17. Juni
13. Mai	03. Juni	

Anbieter:

TanzSportZentrum (TSZ)
Grün-Weiß Braunschweig e. V.
0151.61480165
vorsitzender@tsz-bs.de



Capoeira am Löwenwall

Capoeira ist eine brasilianische Kampfkunst, bei der man sich spielerisch tanzend, kämpfend und musizierend auspowert. Unter mitmusikalischer Begleitung wird Körperkontrolle, Koordination, Flexibilität und Kreativität gefördert.

- Treffpunkt:** Grünfläche am Obelisken
- Zielgruppe:** Kinder ab 3 Jahren, Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Inklusiv** Das Training wird für Menschen mit körperlicher oder geistiger Einschränkung individuell angepasst.
- Besonderes** Bitte bequeme Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Freitag, ab 17:00 Uhr

12. April	10. Mai	07. Juni
19. April	17. Mai	14. Juni
26. April	24. Mai	21. Juni
03. Mai	31. Mai	

Anbieter:

Braunschweiger Tanz-Sport-Club (BTSC) e. V.
(0531) 7996700
breitensport@btsc.de



Capoeira im Bürgerpark

Diese brasilianische Kampfkunst ist geeignet, den eigenen Körper noch einmal ganz neu kennenzulernen, Kampftechniken zu erlernen und dies mit musikalischen Rhythmen zu verbinden. Capoeira beinhaltet tänzerische, akrobatische und musikalische Elemente.

Treffpunkt: Grünfläche an der Volkswagen Halle

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene

Inklusiv Die Übungen können individuell angepasst werden.

Besonderes Bitte bequeme Kleidung, leichtes Schuhwerk und etwas zu trinken mitbringen.

Dienstag, ab 16:45 Uhr

07. Mai	21. Mai	04. Juni
14. Mai	28. Mai	11. Juni

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218
info@mtv-bs.de

Ju-Jutsu im Prinzenpark

Eine moderne Selbstverteidigungssportart, die Elemente aus Judo (Würfe, Würge- und Festlegetechniken) und Karate (Abblocken, Schläge und Tritte) in sich vereint und gleichzeitig Selbstvertrauen, Körpergefühl und Fitness aufbaut. Hierbei geht es nicht um Kraft oder Gewalt, sondern eine richtige Technikanwendung und Ausführung.

Treffpunkt: Am Schützenheim im Polizeistadion, Georg-Westermann-Allee 36

Zielgruppe: Jugendliche ab 17 Jahren und Erwachsene

Inklusiv Die Übungen können individuell angepasst werden.

Besonderes Bitte bequeme Kleidung/ Sportbekleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Dienstag, ab 18:30 Uhr

30. April	14. Mai	28. Mai
07. Mai	21. Mai	

Anbieter:

Polizeisportverein (PSV) Braunschweig e. V.
(0531) 2339693
geschaeftsstelle@psv-braunschweig.de

19



Tanzen & Kampfkunst





Lindy Hop im Inselwallpark

Ein beschwingter, energiegeladener Swingtanz aus den Goldenen 20er Jahren. Lindy Hop kann schnell, langsam, verrückt oder lässig getanzt werden. Egal, ob mit oder ohne Tanzerfahrung, egal ob als Single oder mit Partner/in, jede/r ist hier willkommen.

Treffpunkt: Rondell am Springbrunnen (Zugang „Torbogen“ über Inselwall)

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger

Besonderes Bitte bequeme Schuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Mittwoch, ab 17:15 Uhr

17. April	08. Mai	05. Juni
01. Mai	29. Mai	

Anbieter:

Brunswingt e. V.

Anmeldung Brunswingt@gmx.de

Zumba Dance im Inselwallpark

Zumba-Dance kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen und internationalen Tänzen und Musiken. Der Schwierigkeitsgrad richtet sich nach den Teilnehmenden (und Altersgruppen) von einfach bis schwierig.

Treffpunkt: Grünfläche am Springbrunnen (Zugang „Torbogen“ über Inselwall)

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene

Inklusiv Körperliche Einschränkungen werden mit einer gezielten Übungsauswahl ausgeglichen.

Besonderes Bitte bequeme Kleidung, Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Freitag, ab 17.30 Uhr

03. Mai	17. Mai	31. Mai
10. Mai	24. Mai	

Anbieter:

SV Schwarzer Berg e. V.

0151.22390446

info@sv-schwarzerberg.de



Ferienfreizeiten 2024 mit der Sportjugend Braunschweig

Das Kult-Camp bei Grömitz

Lenste / Ostsee

Fahrt 1: 28.06.–12.07.

(14 Übernachtungen)

8–17 Jahre

Preis: 364 € / 439 €*

Pinienwald-Camp Prematura

Kroatien / Istrien

Fahrt 2: 15.07.–29.07.

(12 Übernachtungen)

13–16 Jahre

Preis: 770 € / 860 €*

Spiel, Sport
und Spaß den
ganzen Tag



Premium-
Zelte im
Naturschutz-
gebiet
Kamenjak



Chillen, Party
und mehr ...
am Strand



Eine der letzten
Oasen an der
azurblauen
Adria



Highlander-
Highlights im
Hansapark



Direkt am
Strand mit
kristallklarem
Wasser (inkl.
Ausflug nach
Rovinj)



Infos und Anmeldung:

Sportjugend im
Stadtsporbund Braunschweig e. V.
Frankfurter Straße 279, 38122 BS
(0531) 80078
info@sportjugend-braunschweig.de
www.sportjugend-braunschweig.de

* Der vergünstigte Reisepreis gilt ausschließlich für Braunschweiger Kinder und Jugendliche. Die aktuelle dynamische Entwicklung der Energiekosten kann ggf. zu Anpassungen des Preises führen. Für externe Angebote (z. B. Hansapark) können zusätzliche Kosten entstehen. Ermäßigung für Geschwisterkinder ist möglich.





Walken, Laufen & Spielen

| 23

Ballspiele & Fitness für Kinder*
Ballsport & Fitness für Kinder*
Park-Fit
Quadball (Quidditch)

Tennis für Kinder
Walking*

* *inklusiv*

Ballspiele & Fitness für Kinder im Prinzenpark

Spielen, spielen, spielen – und das mit viel Spaß, das ist das Motto. Vorschulkinder finden hier viele Möglichkeiten zum Sammeln von Bewegungserfahrungen. Der Ball als Sportgerät spielt eine maßgebliche Rolle – aber auch Klettern, Balancieren, Laufen, Springen.

Treffpunkt: Grünfläche am Spielplatz (Zugang Ecke Herzogin-Elisabeth-Straße / Georg-Westermann-Allee)

Zielgruppe: Kinder im Alter von 4–6 Jahren

Inklusiv: Das Angebot richtet sich auch an Kinder mit geistiger Beeinträchtigung.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung, eine kleine Matte und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 16:00 Uhr

15. April	06. Mai	03. Juni
22. April	13. Mai	10. Juni
29. April	27. Mai	

Anbieter:
USC Braunschweig e. V.
(0531) 3884391
info@usc-bs.de



Ballspiele & Fitness für Kinder im Heidbergpark

Spielen, spielen, spielen – und das mit viel Spaß, das ist das Motto. Vorschulkinder finden hier viele Möglichkeiten zum Sammeln von Bewegungserfahrungen. Der Ball als Sportgerät spielt eine maßgebliche Rolle – aber auch Klettern, Balancieren, Laufen, Springen.

Treffpunkt: Grünfläche an der Fitness-Station, Salzdahlumer Straße (Nähe Fußgängerampel)

Zielgruppe: Kinder im Alter von 4–6 Jahren

Inklusiv: Das Angebot richtet sich auch an Kinder mit geistiger Beeinträchtigung.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung, eine kleine Matte und etwas zu trinken mitbringen.

Mittwoch, ab 15:45 Uhr

17. April	15. Mai	05. Juni
24. April	22. Mai	12. Juni
08. Mai	29. Mai	

Anbieter:
USC Braunschweig e. V.
(0531) 3884391
info@usc-bs.de



Ballsport & Fitness für Kinder im Prinzenpark

Es werden viele Spiele mit Bällen durchgeführt. Spaß am Spiel ist garantiert. Verschiedene Ballsportarten können auf eine spannende und besondere Weise kennengelernt werden. Aber auch Klettern, Balancieren, Springen stehen auf dem Programm.

- Treffpunkt:** Grünfläche am Spielplatz (Zugang Ecke Herzogin-Elisabeth-Straße / Georg-Westermann-Allee)
- Zielgruppe:** Kinder (insbesondere Mädchen) im Alter von 6–8 Jahren
- Inklusiv:** Das Angebot richtet sich auch an Kinder mit geistiger Beeinträchtigung.
- Besonderes:** Bitte bequeme Kleidung, eine kleine Matte und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 17:00 Uhr

15. April	06. Mai	03. Juni
22. April	13. Mai	10. Juni
29. April	27. Mai	

Anbieter:

USC Braunschweig e. V.
(0531) 3884391
info@usc-bs.de



Park-Fit im Prinzenpark

Eine Stunde Bewegung entlang der Finnenbahn. Koordination, Kraft und Ausdauer werden trainiert. Die Fitness-Stationen an der Finnenbahn werden in das Training integriert.

- Treffpunkt:** Eingang Freie Turner-Stadion (am Outdoor-Fitnesszirkel, Herzogin-Elisabeth-Straße)
- Zielgruppe:** Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Besonderes:** Bitte Sportkleidung, Laufschuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 18:00 Uhr

08. April	06. Mai	10. Juni
15. April	13. Mai	17. Juni
22. April	27. Mai	
29. April	03. Juni	

Anbieter:

BTSV Eintracht von 1895 e. V.
(0531) 232300
btsv@eintracht.com



25



Walken, Laufen & Spielen



Quadball (Quidditch) im Prinzenpark

Quadball ist eine Mischung aus Handball, Rugby und Dodgeball. Einführung in die Sportart Quadball mit Übungen wie Werfen und Laufen, mit Spiel und Spaß.

- Treffpunkt:** Kirche St. Matthäus, Herzogin-Elisabeth-Straße 80 A
- Zielgruppe:** Kinder ab 8 Jahren, Jugendliche und Erwachsene bis 55 Jahren, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Besonderes:** Bitte Sportkleidung, geeignete Schuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Samstag, ab 12:00 Uhr

04. Mai	08. Juni	22. Juni
25. Mai	15. Juni	

Anbieter:

Turn- und Rasensportverein (TuRa) e. V.
(0531) 3102460
vorstand@tura-braunschweig.de

Tennis für Kinder im Bürgerpark

Tennis schnuppern auf dem Kleinfeld. Kinder können den Tennissport lernen – spielerisch, mit kleinen Schlägern, niedrigen Netzen und leichten Bällen.

- Treffpunkt:** Kleinfeldplatz am Westrand der BTHC-Tennisanlage gegenüber Spielplatz (Zugang über Friedrich-Kreiß-Weg)
- Zielgruppe:** Kinder von 6–10 Jahren, für Anfänger und Fortgeschrittene
- Besonderes:** Bitte Sportkleidung und etwas zu trinken mitbringen. Tennisschläger und Bälle werden gestellt.

Donnerstag, ab 14:00 Uhr

02. Mai	30. Mai	20. Juni
16. Mai	06. Juni	
23. Mai	13. Juni	

Anbieter:

Braunschweiger Tennis- u. Hockey-Club (BTHC) e. V.
(0531) 74353
info@bthc.de

Walking in Riddagshausen

Einführung in die Technik und Variationen dieses beliebten, gemäßigten Ausdauersportes, Walking ohne Stöcke aber mit Gymnastikeinheiten mit Übungen für Gleichgewicht, Kraft und Koordination mit und ohne kleine Handgeräte.

Treffpunkt: Buswendeschleife Moorhüttenweg (Ecke Berliner Straße / Hordorfer Straße)

Zielgruppe: Erwachsene ab 40 Jahren (mit und ohne Risikofaktoren wie z.B. Diabetes oder Bluthochdruck), für Anfänger und Fortgeschrittene

Inklusiv: Eine Beeinträchtigung sollte sich nicht auf das Geh- und Ausdauer vermögen auswirken.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung, geeignete Schuhe und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 16:00 Uhr

08. April 29. April 27. Mai 17. Juni
15. April 06. Mai 03. Juni
22. April 13. Mai 10. Juni

Anbieter:

SC Rot Weiß Volkmarode 1912 e. V.
(0531) 1219411
vorstand@scrwvolkmarode.com







Workout *Muskeltraining*

| 29

Calisthenics*
Calisthenics & Turnen
Mittagspausen-Workout*

* *inklusive*



Calisthenics im Prinzenpark

Eigengewichtstraining, vielseitiges Ganzkörpertraining von Liegestütz bis Klimmzug in entsprechenden Variationen sowie Techniktraining zum Erlernen erster Calisthenics-Skills.

Treffpunkt: Fitness-Station an der Herzogin-Elisabeth-Straße (vor Freie Turner-Stadion)

Zielgruppe: Jugendliche ab 16 Jahren und Erwachsene, für Anfänger und Fortgeschrittene

Inklusiv: Körperliche Einschränkungen werden mit einer gezielten Übungsauswahl ausgeglichen.

Besonderes: Bitte Sportkleidung und etwas zu trinken mitbringen.

Mittwoch, ab 17:30 Uhr

17. April	15. Mai	12. Juni
24. April	22. Mai	19. Juni

Anbieter:

„Cali 38“

c / o Stadtsportbund Braunschweig e. V.
(0531) 82111

info@ssb-bs.de



Calisthenics & Turnen im Bürgerpark

Die Teilnehmenden lernen Grundelemente und essenzielle Bewegungsabläufe des Turnens sowie den Unterschied zwischen Turnen und Calisthenics (Eigengewichtstraining). Zudem werden Bewegungsabläufe und das nötige Wissen vermittelt, um selbstständig Übungen im Calisthenics-Bereich ausführen und sich selber beibringen zu können.

Treffpunkt: Fitness-Station am Werkstättenweg (in Nachbarschaft des Reisemobilplatzes)

Zielgruppe: Jugendliche und Erwachsene, für Anfänger

Besonderes: Bitte Sportkleidung, eine Matte oder Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Freitag, ab 17:00 Uhr

12. April	10. Mai	07. Juni
19. April	17. Mai	14. Juni
26. April	24. Mai	21. Juni
03. Mai	31. Mai	

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218

info@mtv-bs.de



Mittagspausen-Workout am Löwenwall

Eine aktive Mittagspause, um Gelenke zu mobilisieren, mit eigenem Körpergewicht zu trainieren und mit Kleingeräten alltagsnahe Übungen umzusetzen, die das Gleichgewicht beüben, den Körper kräftigen und stabilisieren und die Koordination fördern.

Treffpunkt: Grünfläche am Obelisken

Zielgruppe: Erwachsene ab 30 Jahren, auch mit körperlicher Beeinträchtigung, mit MS oder anderen neurologischen Erkrankungen

Inklusiv: Die Übungen können individuell angepasst werden.

Besonderes: Bitte bequeme Kleidung, leichtes Schuhwerk, eine Matte und etwas zu trinken mitbringen.

Montag, ab 12:30 Uhr

15. April	06. Mai	03. Juni
22. April	13. Mai	10. Juni
29. April	27. Mai	17. Juni

Anbieter:

MTV Braunschweig von 1847 e. V.
(0531) 49218
info@mtv-bs.de



31



Muskeltraining

Workout

Wochenübersicht

	Zeit	Angebot	Start	Ende
Montag	10:00	Qigong & Tai-Chi am Löwenwall*	29.04.24	17.06.24
	12:30	Mittagspausen-Workout am Löwenwall*	15.04.24	17.06.24
	16:00	Walking in Riddagshausen*	08.04.24	17.06.24
	16:00	Ballspiele & Fitness für Kinder im Prinzenpark*	15.04.24	10.06.24
	16:30	Taiji (Tai-Chi) im Bürgerpark*	15.04.24	17.06.24
	17:00	Ballsport & Fitness für Kinder im Prinzenpark*	15.04.24	10.06.24
	17:45	Bellydance (Bauchtanz) im Bürgerpark	29.04.24	17.06.24
	18:00	Park-Fit im Prinzenpark	08.04.24	17.06.24
	19:30	Tai-Chi im Heidbergpark*	08.04.24	17.06.24
Dienstag	11:00	Energy Dance im Bürgerpark*	09.04.24	07.05.24
	16:45	Capoeira im Bürgerpark*	07.05.24	11.06.24
	17:30	Yoga & Klangmeditation im Bürgerpark	30.04.24	18.06.24
	18:30	Ju-Jutsu im Prinzenpark*	30.04.24	28.05.24
Mittwoch	15:45	Ballspiele & Fitness für Kinder im Heidbergpark*	17.04.24	12.06.24
	17:15	Lindy Hop im Inselwallpark	17.04.24	05.06.24
	17:30	Calisthenics im Prinzenpark*	17.04.24	19.06.24
	18:00	Zumba im Inselwallpark	01.05.24	29.05.24
	18:00	Blasrohrsport im Heidbergpark*	08.05.24	05.06.24

	Zeit	Angebot	Start	Ende
Donnerstag	11:00	Qigong am Löwenwall *	11.04.24	20.06.24
	14:00	Tennis für Kinder im Bürgerpark	02.05.24	20.06.24
	17:30	Qigong im Prinzenpark *	11.04.24	20.06.24
	18:00	Fit-Mix im Prinzenpark *	11.04.24	20.06.24
Freitag	17:00	Energy Dance im Bürgerpark *	12.04.24	14.06.24
	17:00	Calisthenics & Turnen im Bürgerpark	12.04.24	21.06.24
	17:00	Capoeira am Löwenwall *	12.04.24	21.06.24
	17:30	Zumba Dance im Inselwallpark *	03.05.24	31.05.24
	18:00	Blasrohrsport im Heidbergpark *	10.05.24	10.05.24
Samstag	11:00	Kinderturnen im Schul- und Bürgergarten Dowesee	13.04.24	04.05.24
	12:00	Quadball (Quidditch) im Prinzenpark	04.05.24	22.06.24
Sonntag	10:00	Treppenlauf-Workout 1 im Richmondpark	14.04.24	16.06.24
	11:00	Treppenlauf-Workout 2 im Richmondpark	14.04.24	16.06.24
	11:00	Kinderturnen im Schul- und Bürgergarten Dowesee	05.05.24	05.05.24

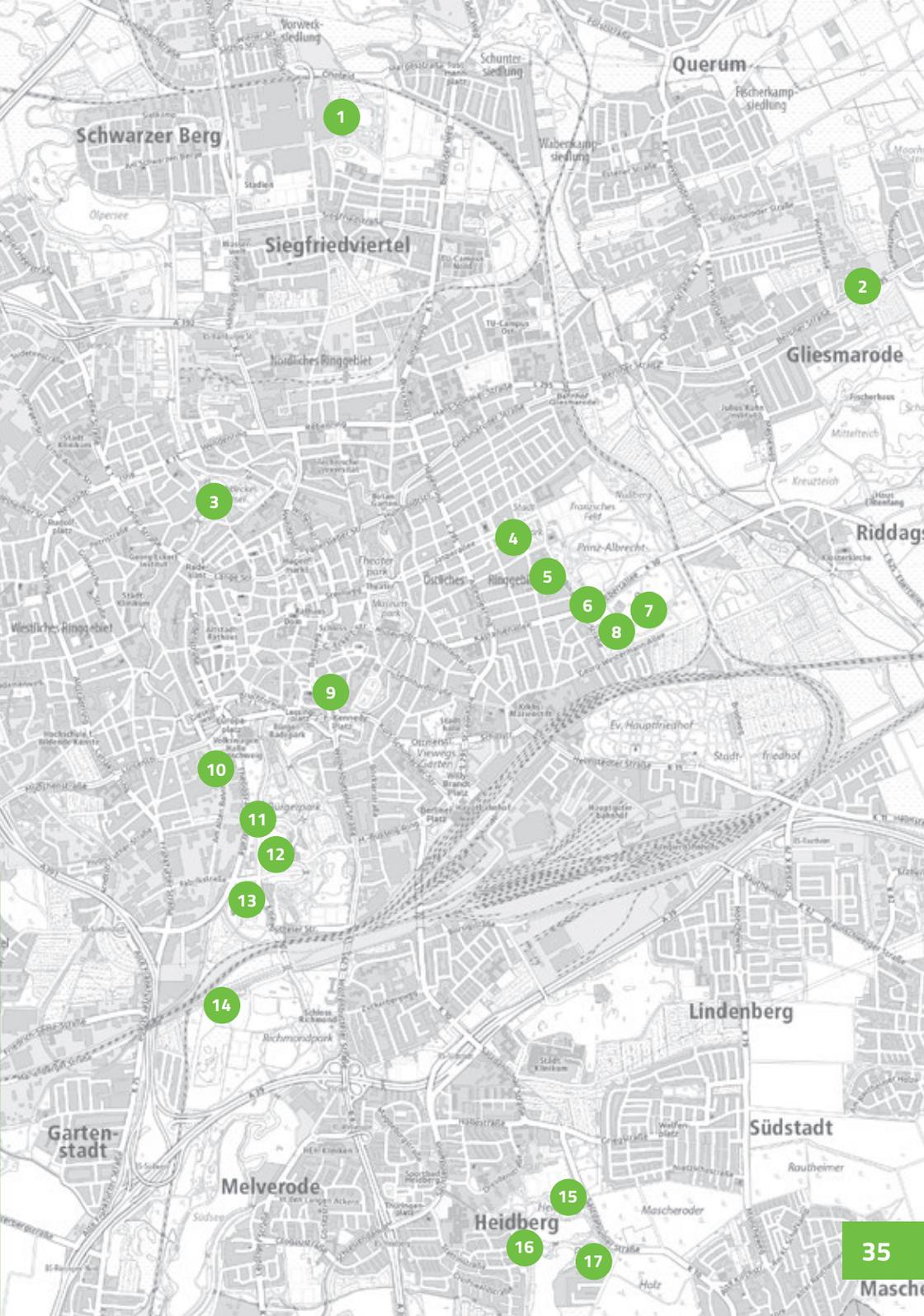
**inklusive*

Die aktuellen Termine sind im Online-Kalender unter www.buergersport.de zu finden!

Treffpunkte

- 1 Schul- und Bürgergarten Dowese, Doweseeweg (Grünfläche am Grillplatz)
- 2 Riddagshausen, Buswendeschleife Moorhüttenweg (Ecke Berliner Straße / Hordorfer Straße)
- 3 Inselwallpark, Rondell und Grünfläche am Springbrunnen (Zugang „Torbogen“ über Inselwall)
- 4 Prinzenpark, Kirche St. Matthäus, Herzogin-Elisabeth-Straße 80 A
- 5 Prinzenpark, Fitness-Station an der Herzogin-Elisabeth-Straße (vor Freie Turner-Stadion)
- 6 Prinzenpark, Grünfläche an der Kita Prinzenpark (Zugang über Ebertallee)
- 7 Prinzenpark, Schützenheim im Polizeistadion, Georg-Westermann-Allee 36
- 8 Prinzenpark, Grünfläche am Spielplatz (Zugang Ecke Herzogin-Elisabeth-Straße / Georg-Westermann-Allee)
- 9 Löwenwall, Grünfläche und Freifläche am Obelisken
- 10 Bürgerpark, Grünfläche an der Volkswagen Halle
- 11 Bürgerpark, Grünfläche am Portikus-
teich / Portikus (Zugang über Theodor-
Heuss-Straße und Bandungsbrücke)
- 12 Bürgerpark, Kleinfeldplatz am Westrand
der BTHC-Tennisanlage gegenüber
Spielplatz (Zugang über Friedrich-Kreiß-
Weg)
- 13 Bürgerpark, Fitness-Station am Werk-
stättenweg (in Nachbarschaft des
Reisemobilplatzes)
- 14 Richmondpark, Treppen am Kennelbad
(Zugang über Ringgleis und Eisenbütteler
Straße)
- 15 Heidbergpark, Grünfläche an der Fit-
ness-Station, Salzdahlumer Straße (Nähe
Fußgängerampel)
- 16 Heidbergpark, Grünfläche an der Stolp-
straße (Ende Stettinstraße)
- 17 Heidbergpark, Beachvolleyballfeld am Park-
platz Jägersruh





1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

Gemeinsam bewegen!

Über 68.000 Braunschweigerinnen und Braunschweiger – darunter mehr als 23.000 Kinder und Jugendliche – sind Mitglied in einem der 220 Sportvereine. Diese organisieren ganzjährig die vielen unterschiedlichen Breiten- und Leistungssportangebote in unserer Stadt. Der Stadtsportbund Braunschweig e. V. ist die Dachorganisation des Vereinssports und die größte Personenvereinigung in Braunschweig. Seit dem Start von „BürgerSport im Park“ im Jahr 2019 ist der Stadtsportbund Kooperationspartner der Bürgerstiftung Braunschweig. In diesem Jahr ist die Projektträgerschaft von der Bürgerstiftung, die das Projekt weiterhin als Kooperationspartnerin fördert, auf den Stadtsportbund übergegangen.

Zur Teilnahme an den vielfältigen Angeboten der Sportvereine ist grundsätzlich eine Mitgliedschaft nötig. Bei den Sport- und Bewegungsangeboten von „BürgerSport im Park“ ist das anders. Sportinteressierte können sich völlig vereinsungebunden und kostenlos unter professioneller Anleitung bewegen. Die qualifizierten Übungsleiterinnen und Übungsleiter der beteiligten Sportvereine machen dies möglich.

Wir laden die Braunschweiger Bevölkerung dazu ein, ihre Freizeit im öffentlichen Raum aktiv und sportlich gemeinsam mit Gleichgesinnten zu gestalten. Damit handeln wir auch im Sinne des vom Rat der Stadt Braunschweig beschlossenen „Masterplan Sport 2030“.



Die Teilnehmenden lernen bei „BürgerSport im Park“ unterschiedliche Sport- und Bewegungsangebote kennen. Vielleicht motiviert dies auch die eine oder den anderen, sich in bereits bestehende oder neue Gruppenangebote eines Sportvereins zu integrieren. Die Braunschweiger Sportvereinswelt ist bunt und bietet ein vielfältiges soziales Miteinander durch die regelmäßigen Zusammenkünfte bei gemeinsamen sportlichen Aktivitäten.

Machen Sie mit und bewegen Sie sich gemeinschaftlich mit uns bei „BürgerSport im Park“!

Stadtsportbund Braunschweig e. V.
„Haus des Sports“
Frankfurter Straße 279, 38122 BS
(0531) 80077
info@ssb-bs.de
www.ssb-bs.de



Bürgerstiftung Braunschweig – die Mitmachstiftung

Seit 2003 tragen viele Menschen die Bürgerstiftung Braunschweig. Durch das große gemeinsame Engagement von Bürger*innen entstehen so bis heute vielfältige Projekte für unserer Stadt. BürgerSport im Park ist eines von über 100 selbst durchgeführten oder geförderten Projekten.

Die Bürgerstiftung ist eine Mitmachstiftung. Sie lebt davon, dass die Braunschweiger*innen sich mit Zeit, Ideen und Geld einbringen. Fast 100 Ehrenamtliche ermöglichen zum Beispiel durch ihren Einsatz unser Projekt „Radeln ohne Alter“. In roten E-Rikschas radeln Pilot*innen Menschen aus Seniorenheimen an Wunschorte und schen-

ken ihnen so besondere Momente. Ehrenamtliche sind in vielen weiteren Projekte aktiv: sie lesen Kindern vor oder vermitteln ihnen Spaß an Mathematik; sie unterstützen in der Geschäftsstelle oder bei der Organisation von Veranstaltungen und Projekten.



Spenden

Unterstützen Sie die Bürgerstiftung Braunschweig mit Ihrer Spende. Projekte wie Radeln ohne Alter, Bürgersingen oder Auf dem Weg zum Buch sind nur möglich dank der Unterstützung durch Spender*innen und das Engagement vieler Ehrenamtlicher.

www.buergerstiftungbraunschweig.de/spenden

Spendenkonto:

Bürgerstiftung Braunschweig
Braunschweigische Landessparkasse
IBAN DE97 2505 0000 0002 1087 77
BIC NOLADE2HXXX



Aktuelles

- Giving Circle: Menschen treffen, per Handzeichen spenden und Spaß haben. Am 25. April geht unser Live-Crowdfunding-Abend in die vierte Runde. Wir sammeln Spenden für diese Projekte: Boxen gegen Parkinson, Jugendliche beraten Jugendliche, Möbel für ehemals Wohnungslose. Anmeldung:

www.buergerstiftung-braunschweig.de

- Lust, in Gemeinschaft zu singen? Ab dem 15. Mai 2024 treffen wir uns jeden Mittwoch um 17.15 Uhr auf dem Magnikirchplatz zum Bürgersingen. Gemeinsam mit der St. Magni Kirchengemeinde laden wir Sie herzlich ein: Kommen Sie einfach vorbei und singen Sie mit!

- Auf dem 12. Braunschweiger Erbrechtstag am 24. Oktober 2024 informieren Expert*innen rund um die Themen Erben, Vererben, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Die Teilnahme ist kostenfrei. Informationen zum Erbrechtstag erhalten Sie bei Bettina Krause b.krause@buergerstiftung-braunschweig.de oder (0531) 48 20 24 - 15).



Informationen

zur Teilnahme

- Sie sollten Freizeit- oder Sportkleidung und entsprechende Schuhe tragen sowie auch etwas zu trinken mitbringen. Gegebenenfalls sind für die Teilnahme ein Handtuch, ein Bade- tuch und / oder eine Gymnastik- oder Yoga- matte zweckmäßig.
- Es gibt vor Ort keine Toiletten und auch keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.
- Sie können sich am Treffpunkt des von Ihnen ausgewählten Sport- oder Bewegungsan- gebotes gegebenenfalls an der aufgestellten „BürgerSport im Park-Fahne“ orientieren.
- Der Einstieg in ein Angebot ist jederzeit mög- lich. Wenn Sie lange nicht mehr sportlich aktiv waren, wird empfohlen, sich vorher mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt in Verbindung zu setzen.
- Alle Teilnehmenden sind über den anbietenden Sportverein bei der ARAG-Sportversicherung unfall- und haftpflichtversichert.
- Bei extremen Wetterbedingungen (z. B. Gewit- ter, Starkregen) oder Ausfall der / des Übungs- leitenden kann es kurzfristig zur Absage von einzelnen Terminen kommen. Bitte beachten Sie dann die aktuellen Hinweise unter www.buergersport.de

Verhaltensregeln

bei Teilnahme

Den Teilnehmenden wird **empfohlen**, die nach- folgenden Hygiene- und Verhaltensregeln für eine kontaktlose sportliche Betätigung im Freien einzuhalten. Bei Minderjährigen werden die Erziehungsberechtigten gebeten, diese Regeln ihren Kindern nahezubringen.

- Es wird empfohlen, einen Abstand von 1,5 Metern zu anderen Personen einzuhalten.
- Körperkontakte mit anderen Personen sollten vor, während und nach der sportlichen Betäti- gung möglichst unterbleiben.

- Eine Weitergabe eigener Materialien (z. B. Getränk, Handtuch, Yogamatte) an andere Teil- nehmende sollte vermieden werden.
- Die allgemeinen Hygienevorschriften, insbe- sondere die Husten- und Niesetikette, sollten eingehalten werden.

Den Anweisungen der / des Übungsleitenden ist Folge zu leisten, ansonsten kann ein Verstoß gegen Verhaltensregeln zum **sofortigen Aus- schluss** der Teilnahme führen.



Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer von BürgerSport im Park,

wir senden euch auf diesem Wege viel Motivation und wünschen euch viel Freude bei euren sportlichen Aktivitäten! BürgerSport im Park ist mehr als nur Bewegung - es ist eine Gelegenheit, gemeinsam aktiv zu sein, Spaß zu haben und gleichzeitig etwas Gutes für eure Gesundheit zu tun.

Präventive Maßnahmen spielen eine wichtige Rolle für euer Wohlbefinden. Durch regelmäßige Bewegung und Sport könnt ihr nicht nur eure körperliche Fitness verbessern, sondern auch euer Immunsystem stärken, eure Stimmung heben und eure Gesundheit langfristig erhalten.

Unser Engagement für BürgerSport im Park basiert auf unserer Initiierung des nach §20a SGB V geförderten Projekts „Gesundes Braunschweig“. Dabei geht es nicht nur um Bewegung, sondern auch darum, Menschen aus allen Lebenswelten mit Hilfe eines gegründeten Netzwerks den Zugang zu gesundheitsförderlichen Maßnahmen aller Handlungsfelder der Prävention zu ermöglichen.

Lasst uns gemeinsam den Weg der Prävention gehen und unsere Gesundheit aktiv fördern! Jeder Schritt, den ihr tut, jede Übung, die ihr absolviert, ist ein Beitrag zu einem gesünderen und glücklicheren Leben.



**Also kommt vorbei, habt Spaß und genießt die Bewegung an der frischen Luft!
Auf ein fröhliches und gesundes BürgerSport im Park 2024!**



**Eure hkk Krankenkasse in Kooperation
mit DSPN (Dein starker Partner für Netzwerke)**



Danke!

An dieser Stelle geht ein großer Dank an alle 20 teilnehmenden Sportvereine, die in der 1. Halbzeit des Projektes insgesamt 30 Sport- und Bewegungsangebote – davon 19 inklusive – in 24 verschiedenen Sportarten organisieren:

- Braunschweiger Tennis- und Hockey-Club (BTHC) e. V.
- Braunschweiger Tanz-Sport-Club (BTSC) e. V.
- Brunswingt e. V.
- BTSV Eintracht von 1895 e. V.
- Cali 38 c/o Stadtsportbund Braunschweig e. V.
- Entspannung mit System e. V. (Berlin)
- Gymnastik- und Tanzsport-Club (GTC) Rünigen e. V.
- KKS Mascherode von 1926 e. V.
- MTV Braunschweig von 1847 e. V.
- Polizeisportverein (PSV) Braunschweig e. V.
- Sportclub Einigkeit (SCE) Gliesmarode e. V.
- SC Greif e. V.
- SC Rot-Weiß Volkmarode 1912 e. V.
- SV Kralenriede 1922 e. V.
- SV Querum e. V.
- SV Schwarzer Berg e. V.
- TanzSportZentrum (TSZ) Braunschweig e. V.
- Turn- und Rasensportverein (TuRa) Braunschweig e. V.
- Universitäts-Sport-Club (USC) Braunschweig e. V.
- Welfen Sport-Club (SC) Braunschweig e. V.

Ein besonderer Dank gilt auch den diesjährigen Förderern, die es durch ihre finanziellen Zuwendungen ermöglicht haben, das Projekt im nunmehr sechsten Jahr durchführen zu können.

Stadt



Braunschweig



Sponsoren:





Mitmachen!
Bürgersport
im Park

Sportverein Aachen
Sportplatz Aachen

Abbildungsnachweis

Fotos

- Bürgerstiftung: S. 39 (Mitte, unten)
- Photos of Art / Jérémy Decomble: Umschlag, S. 4 / 5, S. 22 / 23, S. 38, S. 39 (oben), S. 43
- Karnevalistischer Tanzsport-Club (KTC) Braunschweig e.V., privat: S. 16 / 17
- Pixabay: Umschlag innen (Image by Alexas Fotos from Pixabay.)
- Simone Fürst: S. 28 / 29, S. 36 / 37
- Welfen Sport-Club (SC) Braunschweig e.V., privat: S. 10 / 11)

Stadtplan

- Datenquelle:
Stadt Braunschweig
Open GeoData, 2021, Lizenz: dl-de/by-2-0

MITMACHEN! · Gemeinsam bewegen! · Kostenfrei ohne Anmeldung!



Es war noch nie so einfach,
Sport zu treiben!

www.buergersport.de

Kontakt

Stadtsportbund Braunschweig e. V.

Frankfurter Straße 279, 38122 BS

(0531) 80077

info@ssb-bs.de

www.ssb-bs.de

