



Liveband „Sir Gusche“  
 Mitmach-Aktionen  
 Vorführungen  
 Medizinische Checks



# Tag der offenen Tür

## Sport-Gesundheitspark Berlin e.V.

anlässlich der **Europameisterschaft im Taiji Bailong Ball**

**Samstag 04. September** von **12–16 Uhr**  
**Forckenbeckstraße 21 in Wilmersdorf**



**Sport-Gesundheitspark**

Gesund bewegen.

# Tag der offenen Tür in Wilmersdorf!

Samstag **04. September** von **12–16 Uhr**

„Gesund bewegen“ – nach diesem Credo trainieren 5.300 Mitglieder in unserem Gesundheitssportverein. Seit 22 Jahren begeistern wir mit abwechslungsreichen und wirksamen Trainingsangeboten, die von unseren Sportmedizinern und Trainern speziell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt werden. **Bei uns kann jeder – unabhängig von Alter und Fitness – ganz gezielt etwas für Körper und Wohlbefinden tun.** Entdecken auch Sie den Spaß an gesunder Bewegung und besuchen Sie uns!

## Gesundheitssport zum Kennenlernen

- Nordic Walking, Qigong, Taiji Bailong Ball und mehr zum **Mitmachen und Ausprobieren**
- **Vorführungen** neuer Trainingsangebote wie z.B. SenTis, das ultimative und schonende Training für Rücken und Gelenke
- **Führungen** durch unsere Sporthallen und Trainingsräume
- **Sportwissenschaftliche Beratungen**

## Sportmedizin zum Anfassen mit vielen kostenlosen Checks

- Handkraftmessung
- Koordinations-Test
- Gleichgewichts-Test
- Lungenfunktions-Test
- Körperfettmessung
- Ernährungsberatung

## Spiel & Spaß für Minis

Geschicklichkeitsparcours,  
Hüpfburg, Trampoline uvm.

## Taiji Bailong Ball Festival 2010

EM-Wettkämpfe • Vorführungen  
Workshops • Shows

04.09. von 9.30 – 19.00 Uhr

05.09. von 9.30 – 17.00 Uhr

Das komplette Programm unter  
[www.taijiball.com](http://www.taijiball.com)



## Außerdem...

- Live-Musik „Sir Gusche“
- Leckere Fitness-Drinks
- Grill & Pasta

**Kommen Sie mit Ihrer Familie,  
Freunden und Bekannten –  
wir freuen uns auf Sie!**