

GESUNDHEITSFÖRDERUNG BASELLAND  
UND GEMEINDE BIRSFELDEN

# SPORT 55+ BIRSFELDEN

FÜR VEREINSMITGLIEDER VON  
BIRSFELDER SPORTVEREINEN

17. APRIL BIS 23. JUNI  
2023

Ein Projekt, bei dem Vereinsmitglieder ab 55 aus den Sportvereinen Birsfelden die Möglichkeit haben, bei Angeboten und Trainings von anderen Vereinen mitzumachen. Probieren Sie verschiedene Sportarten aus und geniessen Sie die Vielfalt der Angebote der Birsfelder Sportvereine!

Anmelden können Sie sich unter  
<https://www.birsfelden.ch/sport>

oder telefonisch bei der Gemeinde  
Birsfelden unter 061 317 33 19



# ACHTUNG, FERTIG, LOS!

Hier finden Sie eine Übersicht über die Sportangebote, die jede Woche stattfinden

	AKTIVITÄT	UHRZEIT	WO
MONTAG	<ul style="list-style-type: none"><li>Netzball</li></ul>	19.00-20.00	Rheinpark
MITTWOCH	<ul style="list-style-type: none"><li>Polysportiv</li><li>Schwimmen/Aquafit</li></ul>	18.00-19.00 19.00-20.00	Birspark Schwimmhalle
DONNERSTAG	<ul style="list-style-type: none"><li>Fit &amp; Fun</li><li>Spilsport</li></ul>	19.15-20.15 20.15-21.30	Sternenfeld Sternenfeld



# ACHTUNG, FERTIG LOS!

## Spezialprogramm Dienstag und Freitag

**DIENSTAG, 18.00-19.00 UHR**

### **YOGA**

18.04.2023	Birspark
02.05.2023	Birspark
16.05.2023	Birspark
30.05.2023	Birspark
13.06.2023	Birspark

### **FUSSBALL**

25.04.2023	Sternenfeld Sportplatz
09.05.2023	Sternenfeld Sportplatz
23.05.2023	Sternenfeld Sportplatz
06.06.2023	Sternenfeld Sportplatz
20.06.2023	Sternenfeld Sportplatz

**FREITAG**

### **TENNIS UND GRILLIEREN**

**17.00-21.00 UHR**

21.04.2023	TC Birsfelden
26.05.2023	TC Birsfelden
16.06.2023	TC Birsfelden

### **WASSERFAHREN**

**18.30-20.00 UHR**

12.05.2023	Kraftwerkinsel
02.06.2023	Kraftwerkinsel
23.06.2023	Kraftwerkinsel

**Treffpunkt:**  
**letztes Bootshaus auf der Kraftwerkinsel**



# ACHTUNG, FERTIG LOS!

**Hier finden Sie eine Übersicht über die Outdoor-Sportangebote**

## **WALKING**

Jeden Dienstag            10.00-11.15            Parkplatz Birsköpfli

## **VITAPARCOUR EINMAL ANDERS...**

Jeden Donnerstag        10.00-11.15        Vitaparcour Birsfelden