

Event für  
**Junge Erwachsene**  
10.09.2023 um 16 Uhr



jetzt.stuttgart



Katholische  
**Gesamtkirchengemeinde**  
Stuttgart-Mitte

# FEEL IT. CROSS FIT.

Workout im Park mit Spiritualität



Am Sonntag, den 10. September, treffen wir uns um 16 Uhr in Sportbekleidung am Museum am Löwentor. Denn das nächste Event für junge Erwachsene wird sportlich! Gemeinsam wollen wir uns auspowern und den Kopf frei bekommen.

Dich erwartet ein Zirkeltraining, das dich und deine Muskeln stärkt – ganz egal auf welchem Fitnesslevel du gerade stehst. Als Plus gibt es beim Warm-Up und Cool-Down Achtsamkeitsübungen, um auch deine Wahrnehmung und Gedanken anzuregen und neue Energie für die Woche zu tanken.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Du bist Junge/r Erwachsene/r? Komm einfach dazu! Von schlechtem Wetter lassen wir uns dabei nicht abschrecken, nur bei Sturm und Gewitter entfällt die Veranstaltung. Bitte bringe ein Getränk und bei Bedarf Handtuch/Sportmatte mit. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

## Event für Junge Erwachsene

**Thema:** Feel It. Cross Fit.

**Sonntag, 10.09.2023, 16 Uhr**

**Ort:** Museum am Löwentor (vor dem Eingang), Nordbahnhofstr., in der Nähe des S- und U-Bahn-Halts Nordbahnhof bzw. des U-Bahn-Halts Löwentor

### Mehr Infos:

<https://www.kath-kirche-stuttgart-mitte.de/leben/jungeerwachsene>

