



Stretch CLEANUP

**Eine Veranstaltung
für die ganze Familie!**

SA

**09.05.2026
10 bis 12 Uhr**

Treffpunkt

Maudacher Bruch

Riedstraße 1, Ludwigshafen

marketingverein

Ludwigshafen e.V.



CLEANUP LU MACHT FIT!

WER kennt es nicht!

- Wir sind an den schönsten Orten in der Natur, aber um uns herum liegt überall Müll.
- Wir sitzen viel zu viel! Einseitige Belastungen im Alltag führen dazu, dass unsere Muskelgruppen verkürzt sind und Schmerzen im Bewegungsablauf sind die Folge.





UNSER MOTTO: LU, lass mal sauber machen!

Gemeinsam engagieren wir uns für die Umwelt und sammeln achtlos weggeworfenen Müll ein. Nebenbei tun wir durch kleine Stretcheinheiten, begleitet durch eine qualifizierte Übungsleiterin, auch etwas Gutes für unsere Gesundheit.

Mach mit und nutze diesen Tag für Körper, Seele und Umwelt!

**Greifer, Handschuhe
etc. werden vor Ort
bereitgestellt.**

INFOS

-  Treffpunkt ist der Parkplatz Maudacher Bruch.
-  Gemeinsames Aufwärmen zum Auftakt.
-  Müllsammeln mit Hilfe von Greifern und Handschuhen, dabei werden Pausen für sportliche Übungen eingelegt.
-  Für Getränke und eine kleine Fitnessstärkung ist gesorgt.

Wir bedanken uns für die freundliche Unterstützung bei

