

Hallo Ostpark!

Im Sommer 2026 wird der Ostpark für zehn Wochen zu einem Ort des Ausprobierens. Neue und bestehende Angebote, Veranstaltungen und Aktionen laden dazu ein, den Park neu zu entdecken und selbst aktiv zu werden. Kommt vorbei, macht mit und teilt eure Erfahrungen, Ideen und Wünsche für die Zukunft des Ostparks.

Bleib auf dem Laufenden:



Gefördert durch:



Ein Projekt von:

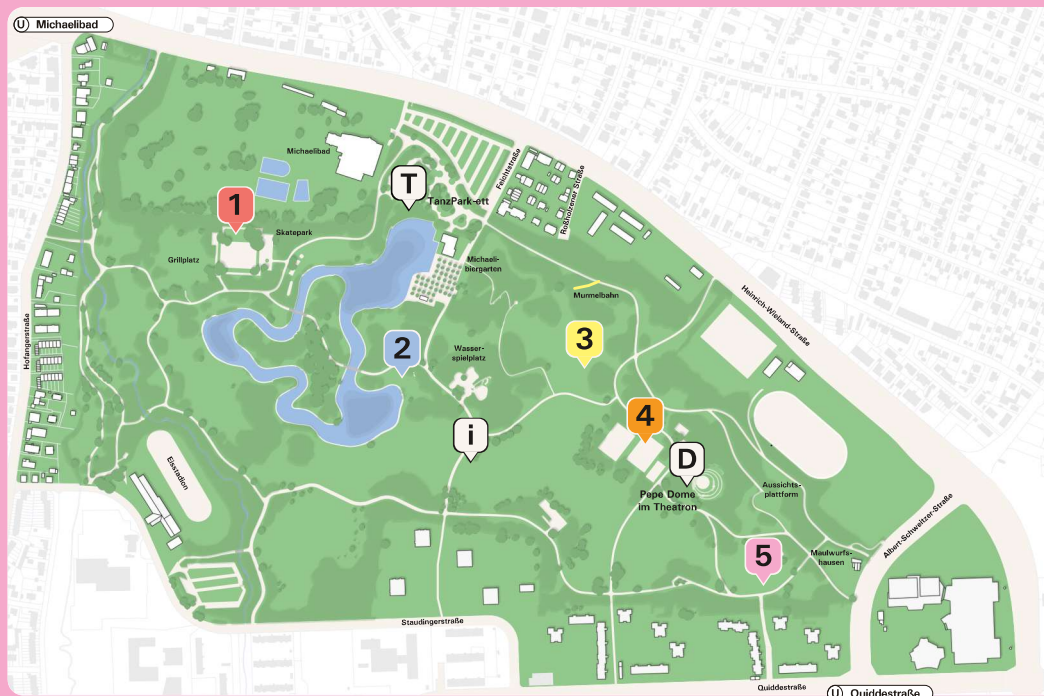


Orte im Ostpark

An fünf Fokusorten und einer Infostation werden temporäre Nutzungen ausprobiert, Ideen gesammelt und Erfahrungen ausgetauscht. Ziel ist es, die geplante Weiterentwicklung des Ostparks vorzubereiten und gemeinsam vor Ort ins Gespräch über die Zukunft des Parks zu kommen.

Hier finden Sie das detaillierte Programm für zweite Programmhälfte. Diese geht vom 17. August bis 12. September.

- Zusammen.Platz**
Grillen, Skaten, Spielen
Hier kannst du auf dem Pumptrack und Skateplatz unterwegs sein, an der Graffitiwand kreativ werden, Spiele ausleihen, grillen und an der langen Tafel gemeinsam essen.
 - Entspannte.Bucht**
Strand, Bühne, Hängematten
Hier kannst du in der Hängematte entspannen, im Liegestuhl die Sonne genießen, Boccia spielen, picknicken und entspannter Musik und Klängen lauschen.
 - Kultur.Hang**
Musik, Tanz, Murneln
Hier kannst du Musik- und Tanzauführungen erleben, Spiele wie Federball oder Frisbee ausleihen, Drachen steigen lassen, die Waldmurnelbahn erkunden oder im Wiesental verweilen.
 - Spiel.Feld**
Fußball, Tischtennis, Treffpunkte
Hier kannst du kicken, Tischtennis spielen oder Sommerstockbahn schließen, an Sportangeboten teilnehmen, Rollerskaten oder dich mit Freund*innen zum Spielen und Abhängen treffen.
 - Mitmach.Garten**
Hochbeete, Basteln, Naschen
Hier kannst du gärtnern, ernten, basteln, spielen und gemeinsam entdecken, was in den Hochbeeten wächst. Es gibt schattige Orte zum Treffen und Verweilen.
- Infostation**
von Montag bis Samstag
Hier kannst du dich über das Projekt informieren, Fragen stellen, Anregungen einbringen und mit dem Beteiligungsteam ins Gespräch kommen.



Programm im Ostpark

Alle Angebote sind kostenfrei

2. Programmhälfte:
17. August - 12. September



Hallo Ostpark!

Kostenfreies Programm August

Montag, 17.08.26

Montag, 17.08.26
10:00 – 16:00 | Pepe Dome: Kreativwerkstatt für Kinder & Jugendliche
Das Angebot verbindet Spiel, Kunst und Bewegung. Module: Circus & aerial skills; Theater & Performance; Bewegungsangebote; Offene Kreativstationen.

4 17:30 – 18:20 | Functional Fitness
Ganzkörpertraining zur Verbesserung von Kraft, Stabilität und Koordination. Bitte eigene Matte mitbringen.

2 18:30 – 19:30 | Pilates
Kräftigung der Tiefenmuskulatur und Förderung der Körperhaltung. Bitte eigene Matte mitbringen.

Dienstag, 18.08.26

10:00 – 16:00 | Pepe Dome: Kreativwerkstatt für Kinder & Jugendliche
Das Angebot verbindet Spiel, Kunst und Bewegung. Module: Circus & aerial skills; Theater & Performance; Bewegungsangebote; Offene Kreativstationen.

Mittwoch, 19.08.26

10:00 – 16:00 | Pepe Dome: Kreativwerkstatt für Kinder & Jugendliche
Das Angebot verbindet Spiel, Kunst und Bewegung. Module: Circus & aerial skills; Theater & Performance; Bewegungsangebote; Offene Kreativstationen.

Donnerstag, 20.08.26

10:00 – 16:00 | Pepe Dome: Kreativwerkstatt für Kinder & Jugendliche
Das Angebot verbindet Spiel, Kunst und Bewegung. Module: Circus & aerial skills; Theater & Performance; Bewegungsangebote; Offene Kreativstationen.

Freitag, 21.08.26

10:00 – 16:00 | Pepe Dome: Kreativwerkstatt für Kinder & Jugendliche
Das Angebot verbindet Spiel, Kunst und Bewegung. Module: Circus & aerial skills; Theater & Performance; Bewegungsangebote; Offene Kreativstationen.

Samstag, 22.08.26

3 13:00 – 16:00 | Fotowalk durch den Ostpark
Den Park erkunden, Motive entdecken und die eigene Kamera besser kennenlernen. Geführter Fotospaziergang mit dem 1. Fotoclub Neuperlach. Bitte eigene Kamera mitbringen.

3 13:00 – 16:00 | Makrofotografie: Die Welt im Detail
Die kleinen Wunder im Ostpark ganz groß: Lernen Sie, Objekte aus nächster Nähe eindrucksvoll in Szene zu setzen. Bitte eigene Kamera mitbringen.

3 19:00 – 20:30 | Konzert: Stefan Straubinger Solo
Experimentelle, exzessive Bayrische Musikperformance mit den traditionellen Instrumenten Bandoneon, Drehleier, Maultrommel und Gesang.

Montag, 24.08.26

3 16:30 – 17:30 | Tanzzeit – Gemeinsam bewegen mit Eltern & Kindern
Spielerisch tanzen, springen und improvisieren: Tanz- und Bewegungsspaß ohne Vorkenntnisse für Kinder von 3 bis 5 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson.

3 18:00 – 19:00 | Flamenco erleben – Rhythmus, Kraft & Lebensfreude
Flamenco-Grundlagen mit einfachen Schritten, Rhythmus und ausdrucksstarken Bewegungen. Für Erwachsene sowie Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren.

Dienstag, 25.08.26

15:00 – 16:30 | Spurensuche – Entdecke die Lebensräume von Tieren und Pflanzen im Ostpark
Naturerfahrungsangebot für Familien mit Kindern im Alter zwischen 6-10 Jahre. Bitte Mücken- und Sonnenschutz und ausreichend zu trinken mitbringen.

Mittwoch, 26.08.26

2 14:00 – 15:00 | Von sprechenden Tieren und anderen Zaubewesen
Für große und kleine Geschichtenbegeisterte ab 4 Jahren. Jedes Mal neue Geschichten.

Donnerstag, 27.08.26

10:00 – 11:30 | Spurensuche – Entdecke die Lebensräume von Tieren und Pflanzen im Ostpark
Naturerfahrungsangebot für Familien mit Kindern im Alter zwischen 6-10 Jahre. Bitte Mücken- und Sonnenschutz und ausreichend zu trinken mitbringen.

Freitag, 28.08.26

3 15:00 – 17:00 | Waldmurmelpfaden weiterbauen
Für Kinder ab 6 Jahren. Gemeinsam bauen wir die bestehende Waldmurmelpfaden mit Bambus und anderen Materialien weiter. Treffpunkt an der Bühne.

2 19:00 – 19:45 | Märchenabend für Erwachsene
Erzählungen von den Geheimnissen der Bäume und Gärten; voller Magie, Sehnsucht und Leidenschaft. Mit Geigenbegleitung.

Samstag, 29.08.26

3 19:00 – 21:00 | Konzert: Munich Flames
Rock- und Beat-Klassiker Live: Von Chuck Berry bis Deep Purple bringt die Fünfer-Kombo den legendären Sound der 60er und 70er Jahre zurück auf die Bühne.

Montag, 31.08.26

3 16:30 – 17:30 | Tanzzeit – Gemeinsam bewegen mit Eltern & Kindern
Spielerisch tanzen, springen und improvisieren: Tanz- und Bewegungsspaß ohne Vorkenntnisse für Kinder von 3 bis 5 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson.

3 18:00 – 19:00 | Move & Groove – Musik, Bewegung & Gute Laune
Vom leichten Warm-up zur eigenen Choreografie: Tanzen Sie gemeinsam zu bekannten Pop-, Soul- und R&B-Hits der 2000er bis heute. Für Erwachsene sowie Jugendliche und Kinder ab 10 Jahren.

Kostenfreies Programm September

Freitag, 04.09.26

20:00 – 22:00 | Pepe Dome: „Diaries in Motion“ - Scenic Circus
Eine Choreografie über persönliche und kollektive Resilienz, äußere Kräfte und innere Stürme.

3 20:00 – 22:00 | Light-Painting – Magische Fotos mit Licht
Faszinierende Lichtspuren im Dunkeln erzeugen: Unter Anleitung des 1. Fotoclubs Neuperlach entstehen magische Motive durch Langzeitbelichtung. Bitte Kamera mit Stativ mitbringen (keine Smartphones). Dunkle Kleidung erwünscht.

Samstag, 05.09.26

3 15:00 – 16:30 | Konzert: Gospels&more
Mitreißende Rhythmen und kraftvolle Stimmen: Gospels&more nimmt das Publikum zum 25-jährigen Bestehen mit auf eine emotionale Gospel-Reise, die verbindet und begeistert.

20:00 – 22:00 | Pepe Dome: „Diaries in Motion“ - Scenic Circus
Eine Choreografie über persönliche und kollektive Resilienz, äußere Kräfte und innere Stürme.

Sonntag, 06.09.26

17:00 – 19:00 | Pepe Dome: „Diaries in Motion“ - Scenic Circus
Eine Choreografie über persönliche und kollektive Resilienz, äußere Kräfte und innere Stürme.

Montag, 07.09.26

5 14:00 – 15:00 | Kommt mit zur Märchenkutsche
Dort hört ihr von sprechenden Tieren und anderen Zaubewesen. Für große und kleine Geschichtenbegeisterte ab 4 Jahren. Jedes Mal neue Geschichten.

Freitag, 11.09.26

5 14:00 – 15:00 | Kommt mit zur Märchenkutsche
Dort hört ihr von sprechenden Tieren und anderen Zaubewesen. Für große und kleine Geschichtenbegeisterte ab 4 Jahren. Jedes Mal neue Geschichten.

Samstag, 12.09.26

3 13:00 – 17:00 Uhr
„Hallo Ostpark“ – Informationsveranstaltung

Weitere kostenfreie Angebote: Fitness, Zumba®, Yoga, Tanzen und weitere Sportangebote bei Fit im Park - MUCKis for free

sowie Skatekurse (8-13 Jahre) bei HIGH FIVE e.V. (dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr).

Jeden Montag

5 16:00 – 18:00 Uhr | Ratschbaum
Im Schatten eines Baumes ausruhen und miteinander ins Gespräch kommen. Aus Fremden können Freund*innen werden.

Jeden Dienstag

4 18:15 – 19:15 | Zumba® Fitness
Tanzbasiertes Fitnessprogramm mit mitreißender Musik für Ausdauer und Koordination.

Jeden Mittwoch

08:30 – 09:30 | Nordic Walking (Senior*innen)
Gelenkschonendes Ausdauertraining zur Förderung von Herz-Kreislauf-System und Mobilität. Bitte eigene Stöcke mitbringen.

19:00 – 21:30 | Offenes Tanzen: Forró
Forró, Social Dance und Schnupperkurs für den brasilianischen Paartanz. Treffpunkt: TanzPark-ett.

Jeden Donnerstag

2 14:30 – 15:30 | Yoga
Sanfte Yogaeinheit. Bitte eigene Yogamatte mitnehmen.

3 15:00 – 16:00 | Geschichten unter freiem Himmel
Vorleseaktion für Kinder von 4 bis 8 Jahren in Kooperation mit Lesefische e.V. und Bildungslokale der LHM.

Jeden Samstag

09:45 – 11:30 | Nordic Walking (Erwachsene)
Effektives Ausdauertraining in der Gruppe zur Verbesserung von Fitness und Wohlbefinden. Bitte eigene Stöcke mitbringen.

Bitte beachten: Das Programm kann sich kurzfristig ändern. Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Webseite sowie auf Instagram und Facebook.

Sie haben Fragen zum Programm oder sind aufgrund der Wetterlage unsicher? Rufen Sie uns gerne an: +49 177 3377659



Wiederholende
Programmpunkte

Save the date