

Sportangebote für ältere Menschen

in Dormagen



Sportart	Wochentag / Uhrzeit	Verein / Ort	Ansprechpartner / Telefon
Gymnastik, Gedächtnisspiele, Geselligkeit	Dienstag 15.30 - 17.30 Uhr	SuS Gohr Vereinsheim SuS Gohr, Bruchstr. 24, 41542 Dormagen	Astrid Alliger-Röhl ☎ 02182 - 7612
Boule	Dienstag 15.00 Uhr	SuS Gohr Vereinsheim SuS Gohr, Bruchstr. 24, 41542 Dormagen	Manfred Rautenbach ☎ 02182 - 8278178
Boule	Samstag 14.00 - 18.00 Uhr	SuS Gohr Vereinsheim SuS Gohr, Bruchstr. 24, 41542 Dormagen	Manfred Rautenbach ☎ 02182 - 8278178
Cardio Fitness/Ausdauertraining	Montag 18.30 - 20.00 Uhr	TuS Germania Hackenbroich - Skiabteilung Turnhalle Helbüchelstrasse, 41539 Dormagen	Harald Wedemeyer ☎ 02133 - 60212
Cardio Fitness zur Verbesserung der Motorik und Koordination	Donnerstag 18.30 - 20.00 Uhr	TuS Germania Hackenbroich - Skiabteilung Halle am Leibnitz-Gymnasium, 41540 Dormagen	Harald Wedemeyer ☎ 02133 - 60212
Gesunder "Gute-Laune-Sport"	Montag 18.30 - 19.30 Uhr	TuS Germania Hackenbroich TH 2 Grundschule Burg Hackenbroich, Salm-Reifferscheidt Allee 6	Vera Weber ☎ 02133 - 532700
Damengymnastik 55+	Dienstag 18.00 - 19.00 Uhr	TuS Germania Hackenbroich TH 2 Grundschule Burg Hackenbroich Salm-Reifferscheidt Allee 6	Heike Porting ☎ 02133 - 269813
Yoga	Mittwoch 19.35 - 21.15 Uhr	TuS Germania Hackenbroich TH 2 Grundschule Burg Hackenbroich, Salm-Reifferscheidt Allee 6	Klaus Neumann/ Heike Porting ☎ 02133 - 269813
Rücken A-Z	Donnerstag 18.00 - 19.00 Uhr	TuS Germania Hackenbroich TH 2 Grundschule Burg Hackenbroich, Salm-Reifferscheidt Allee 6	Heike Porting ☎ 02133 - 269813
Walking/ Nordic Walking	Montag + Mittwoch 18.00 Uhr	TuS Germania Hackenbroich Hackenbroich Scützenplatz/ Ecke Stommelner Straße	Monika Sturm ☎ 02133 - 269615
Funktionstraining, Herz-Kreislauf Training	Montag 15.30 - 17.00 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Klaus-Peter Hofstadt ☎ 02133 - 450180
Ganzkörpertraining	Mittwoch 09.00 - 10.30 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Klaus-Peter Hofstadt ☎ 02133 - 450180
Stuhlgymnastik	Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Klaus-Peter Hofstadt ☎ 02133 - 450180
Fitness-Frauengruppe	Donnerstag 10.30 - 12.00 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Klaus-Peter Hofstadt ☎ 02133 - 450180
Damen-Gymnastik	Montag 16.30 - 17.45 Uhr	SG Zons Turnhalle an der Deichstraße	Ingrid Sievers ☎ 02133 - 215574
Fazien- und Core-Training	Dienstag 09.00 - 10.00 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Ingrid Sievers ☎ 02133 - 215574
Rückenschule	Donnerstag 10.00 - 11.00 Uhr	SG Zons Mehrzwecksporthalle Zons, Wilhelm-Busch-Str.	Ingrid Sievers ☎ 02133 - 215574
Rückengymnastik, Pilates, Faszientraining	Donnerstag 18.45 - 20.15 Uhr	VdS Nievenheim Salvator-Schule-Nievenheim, An der Weyhe 7, 41542 Dormagen	Ulrike Richrath ☎ 02133 - 92449

Weitere Vereinsangebote

TSV Bayer Dormagen
Angebote: verschiedene
Kontakt: Geschäftsstelle ☎ 02133 - 516799

FC Straberg
Angebote: verschiedene
Kontakt: Geschäftsstelle ☎ 02133 - 80326

TG Stürzelberg
Angebote: Boule, Walking, Gymnastik, Geselligkeit
Kontakt: Helmut Miller ☎ 02133 - 87107

Andere gemeinnützige Anbieter

Netzwerk-Dormagen 55plus
Angebote: Fahrradtouren, wandern, Tai-Chi, Boule u.a.
Kontakt: Heinz Schneider ☎ 02133 - 2500108

VHS Dormagen
Angebote: Bewegungstraining, Pilates u.a.
Kontakt: Geschäftsstelle ☎ 02133 - 257238

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Die nächsten Testtermine: **16.06.2018** von 10.00 – 13.00 Uhr Chempunkt Dormagen, Unter den Hecken
30.06.2018 von 10.00 – 16.00 Uhr Minigolfanlage Dormagen-Hackenbroich, Hackhauser Str. 10



Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen

