

Sportreisen • Sportkurse • Aus- und Fortbildungen • Rehasport

Sportbildungsplan

2. Halbjahr 2023



Nordkreis



**Finde heraus,
was gut für dich ist!**

Geschäftsstelle:
SportBildungswerk Kleve
Dein Sporthaus
Geschäftsstelle
Pariser Bahn 7
47608 Geldern
Tel.: 02831 92830 20
Fax: 02831 92830 10
E-Mail: sportbildungswerk@ksb-kleve.de
Internet: www.sportbildungswerk-kleve.de

Außenstellenleiterin:
Silke Kallweit
E-Mail: s.kallweit@ksb-kleve.de

Pädagogischer Leiter:
Marcel Kempkes
Tel.: 02831 92830 21
E-Mail: m.kempkes@ksb-kleve.de

Bankverbindung:
Volksbank an der Niers eG
IBAN: DE19 3206 1384 4307 3470 11
BIC: GEN0DED1GDL

Anmeldung ●

Zu allen Angeboten in dieser Broschüre können Sie sich bei der Geschäftsstelle des SportBildungswerkes Kleve per Telefon, E-Mail, Post oder persönlich sowie online auf der Internetseite anmelden.

Inhalt ●

Sportreisen	5
Gesundheit mit Kopf und Körper lernen (Kategorie 1)	8
Keine Frage des Alter(n)s: leben und lernen mit Sport (Kategorie 3)	10
Kompetenz in Sport- und Fitnesstrends - bei uns ... (Kategorie 9)	11
Sportspiele spielend lernen (Kategorie 10)	13
Frauen stärken - For women only (Kategorie 13)	14
Aus- und Fortbildungen	16

WERDE JETZT TEIL DES TEAMS

Pro Jahr etwa
100.000 Teilnehmende!

Du wolltest schon immer deinen
eigenen Kurs leiten?
Hier kommt deine Chance!
Werde jetzt Kursleitung beim
SportBildungswerk und trainiere
mit deinem Team.

Wir freuen uns auf dich!



SPORTREISEN

MIT DEM SPORTBILDUNGSWERK

Vorankündigung 2024**Skifahren am Ortler**

Leitung	Pele Pelzer
Termin	20.-27.01.2024
Ort	Sulden, Südtirol, Italien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Mindestteilnehmerzahl	10

Sportreisen - Radwandertour ●**Kurs 004 Wandern in Mallorcas Norden**

Leitung	Gerlinde Freitag
Termin	22.-29.10.2023
Ort	Puerto Soller, Mallorca, Spanien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Gebühr	Doppelzimmer: 1.090,00 € Einzelzimmer: 1.235,00 € DZ als EZ: 1.245,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	Flug an/ab Düsseldorf/Palma, 23kg Freige- päck, Transfer Flughafen-Hotel/Wander- gebiet, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Eden Nord, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Rail & Fly, Reiseleitung, Ver- sicherung
Ausrüstung	Wanderschuhe, Wanderkleidung
Anforderungen	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfrei- heit

Anmeldung:

Geschäftsstelle
02831 92830-20
www.sbw-kleve.de
sportbildungswerk@ksb-kleve.de



www.sbw-sportreisen.de

Kurs 015	La Palmas Südwesten
Leitung	Melanie Frantzki
Termin	26.09.-03.10.2023
Ort	Los Llanos, La Palma, Spanien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Gebühr	Doppelzimmer: 1.319,00 € Einzelzimmer: 1.589,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	Flug an/ab Düsseldorf/La Palma, Transfer Flughafen-Hotel/Wandergebiet, 7 Übernachtungen mit Frühstück im Hotel Benahoare, Wanderungen (5 Tage, jeweils max. 15km), Rail & Fly, Reiseleitung, Versicherung
Ausrüstung	Wanderschuhe, Wanderkleidung
Anforderungen	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

Kurs 009	Ruhrgebiet Nord-Ost
Leitung	Siggi Blum
Termin	12.-13.08.2023
Ort	Start/Ziel: Zeche Zollverein
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie
Gebühr	auf Anfrage
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	1 Übernachtung, Frühstück, Reiseleitung, Versicherung
Ausrüstung	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpflegung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition

Kurs 006	E-Bike-Reise auf Kreta
Leitung	Jürgen Driever
Termin	13.-20.10.2023
Ort	Chania, Kreta, Griechenland
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie
Gebühr	ab 899,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	7 Übernachtungen in der gebuchten Zimmerkategorie, Halbpension, Trekking oder E-Mountainbike, Transfer Flughafen/Hotel, geführte Radtouren (5 Tage, 40-70 km mit Begleitfahrzeug)
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition
Bemerkung	Genaue Preise hängen von der Auswahl des Zimmers ab. Der Flug ist nicht inkludiert und wird durch die Teilnehmer in Eigenregie gebucht.



Anmeldung:
Geschäftsstelle
02831 92830-20
www.sbw-kleve.de
sportbildungswerk@ksb-kleve.de

Kurs 260 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Reiner Angenendt
Beginn ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 56,00 €

Kurs 261 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Reiner Angenendt
Beginn ab 19.10.2023, 10 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 70,00 €

Kurs 262 Aquafitness für Damen und Herren (60+)
Leitung Helga Ricken
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 56,00 €

Kurs 263 Aquafitness für Damen und Herren (60+)
Leitung Helga Ricken
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 56,00 €

Kurs 264 Aquafitness für Damen und Herren (60+)
Leitung Helga Ricken
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 63,00 €

Kurs 265 Aquafitness für Damen und Herren (60+)
Leitung Helga Ricken
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
Gebühr 63,00 €

Kurs 268 Fit over 40 - Das Rundum-Gymnastik-Programm
Leitung Karin Viertel
Beginn ab 09.08.2023, 16 x mittwochs von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Sporthalle Europa-Hauptschule, Paaltjessteege
Gebühr 64,00 €

Kurs 269 Reiten als Sport für Menschen mit Handicap
Leitung Sarah Urselmann
Beginn ab 11.07.2023, 8 x dienstags 30 Minuten in der Zeit von 09.00 bis 12.00 Uhr
Ort Goch, Reitschule Steffi Grote
Gebühr 399,00 €
Bemerkung Einzelunterricht

Kurs 269 Reiten als Sport für Menschen mit Handicap
Leitung Sarah Urselmann
Beginn ab 12.09.2023, 8 x dienstags 30 Minuten in der Zeit von 09.00 bis 12.00 Uhr
Ort Goch, Reitschule Steffi Grote
Gebühr 399,00 €
Bemerkung Einzelunterricht

Kurs 269 Reiten als Sport für Menschen mit Handicap
Leitung Sarah Urselmann
Beginn ab 14.11.2023, 6 x dienstags 30 Minuten in der Zeit von 09.00 bis 12.00 Uhr
Ort Goch, Reitschule Steffi Grote
Gebühr 299,00 €
Bemerkung Einzelunterricht

Kurs 271 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene
Leitung Heike Lippe
Beginn ab 08.08.2023, 6 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Kleve, Parkplatz Treppkesweg
Gebühr 24,00 €

Kurs 272 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene
Leitung Heike Lippe
Beginn ab 29.08.2023, 9 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Kleve, Parkplatz Wasserburgallee
Gebühr 36,00 €

Anmeldung:
Geschäftsstelle
02831 92830-20
www.sbw-kleve.de
sportbildungswerk@ksb-kleve.de

**Keine Frage des Alter(n)s:
leben und lernen mit Sport (Kategorie 3)**

Kurs 273 Fit im Alter
Leitung Adelgund Meyer
Beginn ab 31.07.2023, 9 x montags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
Gebühr 40,50 €

Kurs 274 Fit im Alter
Leitung Adelgund Meyer
Beginn ab 31.07.2023, 9 x montags von 10.45 bis 11.45 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
Gebühr 40,50 €

Kurs 275 Fit im Alter
Leitung Adelgund Meyer
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
Gebühr 45,00 €

Kurs 276 Fit im Alter
Leitung Adelgund Meyer
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 10.45 bis 11.45 Uhr
Ort Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
Gebühr 45,00 €

Anmeldung:
 Geschäftsstelle
 02831 92830-20
 www.sbw-kleve.de
 sportbildungswerk@ksb-kleve.de



**Kompetenz in Sport- und Fitnessrends -
bei uns ... (Kategorie 9)**

Kurs 277 Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte
Leitung Heike Lippe
Beginn ab 09.08.2023, 6 x mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort Bedburg-Hau, Sporthalle Haus Freudenberg
Gebühr 36,00 €

Kurs 278 Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte
Leitung Heike Lippe
Beginn ab 30.08.2023, 9 x mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort Bedburg-Hau, Sporthalle Haus Freudenberg
Gebühr 54,00 €

Kurs 283 Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung Marijke Bornheim
Beginn ab 09.08.2023, 6 x mittwochs von 18.00 bis 19.15 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 30,00 €

Kurs 284 Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung Carina Riering
Beginn ab 11.08.2023, 6 x freitags von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 24,00 €

Kurs 285 Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung Marijke Bornheim
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 18.00 bis 19.15 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 45,00 €

Kurs 286 Bodyshape Ganzkörperworkout am Vormittag
Leitung Carina Riering
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 36,00 €

Kurs 287 Piloxing®
Leitung Aloima Galan Castillo
Beginn ab 10.08.2023, 17 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 68,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Stoppersocken, Handtuch und Sportmatte

Kurs 288 **Step-Aerobic und Kräftigungsübungen mit Kleingeräten**
Leitung Katja Peeters
Beginn ab 07.08.2023, 16 x montags von 19.30 bis 20.40 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 75,00 €

Kurs 289 **ZUMBA® Fitness**
Leitung Aloima Galan Castillo
Beginn ab 10.08.2023, 17 x donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
Gebühr 68,00 €



Anmeldung:
 Geschäftsstelle
 02831 92830-20
 www.sbw-kleve.de
 sportbildungswerk@ksb-kleve.de





WERDE TEIL UNSERES TEAMS
**KURSLEITUNGEN
 GESUCHT**



Kurs 270 **Kleine und große Spiele für alle**
Leitung Rainer Lippe
Beginn ab 07.08.2023, 6 x montags von 18.00 bis 20.00 Uhr
Ort Kleve, Turnhalle der Grundschule Materborn
Gebühr 48,00 €

Kurs 292 **Kleine und große Spiele für alle**
Leitung Rainer Lippe
Beginn ab 16.10.2023, 9 x montags von 18.00 bis 20.00 Uhr
Ort Kleve, Turnhalle der Grundschule Materborn
Gebühr 72,00 €

Kurs 290	Move your Body
Leitung	Regina Becker-Hendricks
Beginn	ab 09.08.2023, 17 x mittwochs von 17.15 bis 18.45 Uhr
Ort	Bedburg-Hau, Sporthalle Haus Freudenberg
Gebühr	102,00 €



Anmeldung:
Geschäftsstelle
02831 92830-20
www.sbw-kleve.de
sportbildungswerk@ksb-kleve.de



Für leidenschaftliche Läufer ...

... und die, die es werden wollen!

Die AOK Rheinland/Hamburg motiviert Sie gemeinsam mit unserem Lauf-Experten **Jan Fitschen** und macht Sie fit für den nächsten Lauf. aok.de/rh/laufliebe

AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.



Auf den folgenden Seiten bekommen Sie einen Überblick über unsere Aus- und Fortbildungen (Vereinspraxis und Vereinsmanagement) für das Jahr 2023.

Weitere und ausführliche Informationen dazu können Sie auf unserer Homepage www.sbw-kleve.de einsehen. Dort können Sie Ihren Lehrgang auch direkt online über ein Warenkorbsystem buchen.

Für weitere Rückfragen steht Ihnen unsere Geschäftsstelle gerne auch telefonisch oder per E-Mail zur Verfügung.

Vereinspraxis

Qualifizierung im Sport. Das ist Ehrenamtsförderung, Horizonsweiterung, Persönlichkeitsbildung, Jugendförderung, Bewegung, Spiel und Spaß. Sicher ist bei den folgenden Angeboten auch für Sie etwas dabei. Übersichtlich zusammengefasst finden Sie nachfolgend alle unsere Lehrgänge aus der Sportpraxis!

Ausbildung 1. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
20001	Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in	30	19./20.08. 02./03.09.	Emmerich	Anna Heußen	120,00 € (240,00 €)
21168	Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	90	09./10.09. 23./24.09. 28./29.10. 11./12.11. 25./26.11.	Emmerich	Anna Heußen	260,00 € (520,00 €)

Fortbildungen 1. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
22501	Outdoor-Fitness	15	12./13.08.	Geldern	Marit Giesbers	65,00 € (130,00 €)
22703	Koordination und Gedächtnistraining	8	19.08.	Emmerich	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
22705	Achtsamkeit und Meditation	8	09.09.	Geldern	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
22502	Faszientraining im Breitensport	15	16./17.09.	Geldern	Sabine Schulte-Werflinghoff	65,00 € (130,00 €)
22503	Pilates Basic Repertoire	15	21./22.10.	Emmerich	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
22504	TaiChi	15	28./29.10.	Kalkar	Silvia und Emiel Thon	65,00 € (130,00 €)
22505	Pilates meets Functionaltraining	15	04./05.11.	Geldern	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
22506	In der Ruhe liegt die Kraft	15	11./12.11.	Geldern	Gabi Wagener	65,00 € (130,00 €)
22706	Minitramp & Airtrack	8	09.12.	NN	Iris Küssner	40,00 € (80,00 €)

Der Preis in Klammern gibt die Gebühr an, wenn Sie keine Vereinsempfehlung vorweisen können.

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Reha)

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
36770	Attraktives Koordinations- und Gehirntraining (profilübergreifend)	15	19./20.08.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
36501	Mobility PLUS - Faszien- und Beweglichkeitstraining mit Yoga & Pilates	15	26./27.08.	Emmerich	Vera Heimann	85,00 € (170,00 €)
36540	Gesundheitspaket im Herzsport	15	21./22.10.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
36502	Yoga im Rehasport	15	09./10.12.	Emmerich	Vera Heimann	85,00 € (170,00 €)

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Kinder)

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
31104	Ideenmix	8	28.10.	Geldern	Jutta Cordes	45,00 € (90,00 €)

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Prävention)

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
53850	Alltagsbewegungen - Gelenke beweglich erhalten (lizenzübergreifend)	15	28./29.10.	Geldern	Sabine van Kempen	85,00 € (170,00 €)
35201	Die Kraft der inneren Stärke: Aspekte des Resilienztrainings	15	04./05.11.	Emmerich	Iris Schulte	85,00 € (170,00 €)

Lehrtrainer

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
76461	Core & Beckenboden - Ideen Special	10	02.09.	Geldern	Ines Heun	89,00 € (139,00 €)
76460	Bodyweight Workout	10	30.09.	Geldern	Michaela Hinz	89,00 € (139,00 €)
76520	H.I.I.T. Fit - HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING – Ideen Special	5	18.11.	Geldern	Michaela Hinz	49,00 € (79,00 €)
76462	Step by Step - Ideen Special mit unendlichen Schrittvariationen für TN-Gruppen mit Vorkenntnissen	10	25.11.	Geldern	Ines Heun	89,00 € (139,00 €)

Der Preis in Klammern gibt die Gebühr an, wenn Sie keine Vereinsempfehlung vorweisen können.

Angebote der Sportjugend im KSB Kleve e.V.

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
21050	Übungsleiter*in-C Breitensport Aufbau- modul Kinder und Jugendliche (Blended Learning)	90	06.-08.10. 13.-15.10. 27.-29.10.	Geldern/ Hinsbeck	Anna Heußen	280,00 €
11020	Sporthelfer*in II	30	30.09.-03.10.	Geldern/ Hinsbeck	Marit Gisberts	90,00 €

Vereinsmanagement

Für unsere Mitgliedsvereine im KreisSportBund Kleve e.V. organisieren wir Seminare. Egal ob Finanzen, Vereinsrecht, Jugendarbeit, Öffentlichkeitsarbeit – wir machen Sie fit für Ihre Tätigkeit im Verein.

Seminare und Informationsveranstaltungen zu Themen des Vereinsmanage- und neue Medien, Mitarbeitergewinnung und -entwicklung oder Sporträume

Nr.	Thema	LE	Datum	Ort	Leitung	Gebühr
45370	Brennpunkte des Vereinsrechts: Haftung, Satzung, Mitgliederversammlung	4	24.08.	ZOOM	Dietmar Fischer	20,00 € (40,00 €)
45210	Mitarbeitergewinnung und -bindung	4	13.11.	ZOOM	Ronnie Görtz	20,00 € (40,00 €)
46118	Ehrenamtsmanager*in Basismodul	15	23.09.	Wesel	Heike Arlt	kosten- frei
46418	Ehrenamtsmanager*in Aufbaumodul	15	18.11.	Geldern	Heike Arlt	kosten- frei

Natürlich können wir Ihnen und Ihrem Verein, Ihrer Kita, Ihrer Schule, Ihrer reiche direkt auf ihre Bedürfnisse zuschneiden.

Für Rückfragen und/oder Anregungen stehen wir Ihnen gerne und jederzeit *Der angegebene Preis bezieht sich auf Sportvereinsmitglieder. Der Normal-

Firma oder anderen Gruppierungen auch In-House-Schulungen für alle Be-

zur Verfügung!
preis kann wesentlich höher liegen.



Der Preis in Klammern gibt die Gebühr an, wenn Sie keine Vereinsempfehlung vorweisen können.



INTERSPORT®

*Es sind zwar nur
Momente. Aber sie
dauern dein ganzes
Leben.*

**Mit den richtigen Mitteln
erreicht man jedes Ziel.**

Dein erstes sollte ein Besuch bei uns sein. Denn wir bieten dir alles was nötig ist, um dich in deinem Sport zu verwirklichen. Eine große Auswahl an Marken, einen umfassenden Service sowie praktische Tipps von Menschen, die wissen wovon sie sprechen – auch in deiner Nähe.

INTERSPORT®
DORENKAMP

Sport- und Freizeit Dorenkamp GmbH
Burgstraße 13-15 · 47608 Geldern

Sport- und Freizeit Dorenkamp GmbH
Bahnstraße 19 · 47623 Kevelaer

Aus Liebe zum Sport