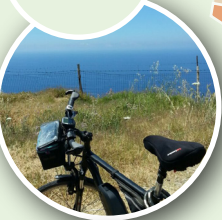


Sportreisen • Sportkurse • Aus- und Fortbildungen • Rehasport

Sportbildungsplan

2. Halbjahr 2023



Finde heraus,
was gut für dich ist!



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!



sbw-nrw.de

Kontakt

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)	9
Aktiv Berufs- und Arbeitsplatzbelastungen ausgleichen (Kategorie 2)	14
Keine Frage des Alter(n)s: leben und lernen mit Sport (Kategorie 3)	16
Sport und Erlebnisräume für die „Familienbande“ - unsere moderne Eltern- und Familienbildung (Kategorie 6)	19
Kompetenz in Sport- und Fitnessrends - bei uns ... (Kategorie 9)	21
Sportspiele spielend lernen (Kategorie 10)	31
Frauen stärken - For women only (Kategorie 13)	33
Bewegung und Sport als Hilfe bei speziellen Krankheitsbildern (Kategorie 14)	35
Aus- und Fortbildungen	40

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 Freigepäck, Transfer Flughafen-Hotel/Wandergebiet, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Eden Nord, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Rail & Fly, Reiseleitung, Versicherung
Ausrüstung	Wanderschuhe, Wanderkleidung
Anforderungen	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

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



SPORTREISEN

MIT DEM SPORTBILDUNGSWERK



www.sbw-sportreisen.de

Kurs 296	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 18.00 bis 18.45 Uhr
Ort	Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr	64,00 €

Kurs 297	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 18.45 bis 19.30 Uhr
Ort	Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr	64,00 €

Kurs 303	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 18.00 bis 18.45 Uhr
Ort	Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr	72,00 €

Kurs 304	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 18.45 bis 19.30 Uhr
Ort	Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr	72,00 €

Kurs 305	Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Anfänger
Leitung	Bernhard Aymanns
Beginn	ab 26.08.2023, 5 x samstags von 11.45 bis 13.15 Uhr
Ort	Geldern, Freibad Walbeck
Gebühr	30,00 €

Kurs 306	Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Teilnehmer mit Erfahrung
Leitung	Bernhard Aymanns
Beginn	ab 26.08.2023, 13 x samstags von 13.30 bis 14.30 Uhr
Ort	Geldern, Freibad Walbeck
Gebühr	52,00 €

Anmeldung:

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

Kurs 307 Hatha Yoga - achtsam, bewusst, kraftvoll
Leitung Janine Hussmann
Beginn ab 17.08.2023, 6 x donnerstags von 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €

Kurs 308 Hatha Yoga - achtsam, bewusst, kraftvoll
Leitung Janine Hussmann
Beginn ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 54,00 €

Kurs 309 Langsam länger laufen - Joggingkurs für Einsteiger und Fortgeschrittene
Leitung Jürgen Elser
Beginn ab 02.07.2023, 26 x sonntags von 10.00 bis 10.45 Uhr
Ort Geldern, Treffpunkt: Veert, Voerdenweg, Kanalbrücke
Gebühr 26,00 €



Kurs 312 Sport in der Schwangerschaft
Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 18.10.2023, 8 x mittwochs von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 313 Sport in der Schwangerschaft
Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 36,00 €

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

Kurs 314 Sport und Spaß für Menschen mit Handicap
Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 11.08.2023, 8 x freitags von 16.45 bis 17.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 315 Sport und Spaß für Menschen mit Handicap
Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 16.45 bis 17.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 36,00 €

Kurs 316 Wassergymnastik für Damen und Herren
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 17.15 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr 64,00 €

Kurs 317 Wassergymnastik für Damen und Herren
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 17.15 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Schwimmhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr 72,00 €

Kurs 267 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Ulla Reynders
Beginn ab 07.08.2023, 7 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 63,00 €

Kurs 279 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Ulla Reynders
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 90,00 €

Kurs 318 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Claudia Thiel
Beginn ab 08.08.2023, 8 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 72,00 €

Kurs 319 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Claudia Thiel
Beginn ab 08.08.2023, 8 x dienstags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 72,00 €

Kurs 280 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung NN
Beginn ab 08.08.2023, 8 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 72,00 €

Kurs 428 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Ulla Brasseler
Beginn ab 09.08.2023, 15 x mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 135,00 €

Kurs 320 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Stefanie Fritzen-Vos
Beginn ab 11.08.2023, 7 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 63,00 €

Kurs 321 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Stefanie Fritzen-Vos
Beginn ab 11.08.2023, 7 x freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 63,00 €

Kurs 322 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Claudia Thiel
Beginn ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 90,00 €

Kurs 323 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Claudia Thiel
Beginn ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 90,00 €

Kurs 281 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung NN
Beginn ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 90,00 €

Kurs 324 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Stefanie Fritzen-Vos
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 81,00 €

Kurs 325 Aquafitness für Damen und Herren
Leitung Stefanie Fritzen-Vos
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kvelaer, Hallenbad Kvelaer
Gebühr 81,00 €

Kurs 429 Gesund und Fit
Leitung Sylvia Hermens
Beginn ab 08.08.2023, 15 x dienstags von 18.15 bis 19.15 Uhr
Ort Kvelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr 60,00 €

Kurs 326 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene
Leitung Ekkehart Friedrich
Beginn ab 06.06.2023, 12 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Straelen, Bauernhof-Cafe Jacobs/Jaegersrust, Grenzweg
Gebühr 48,00 €

Kurs 327 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene
Leitung Ekkehart Friedrich
Beginn ab 26.09.2023, 9 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Straelen, Bauernhof-Cafe Jacobs/Jaegersrust, Grenzweg
Gebühr 36,00 €

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

● **Aktiv Berufs- und Arbeitsplatzbelastungen ausgleichen (Kategorie 2)**

Kurs 328 Rückenfitness
Leitung Nathalie Tebarth
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 329 Rückenfitness
Leitung Nathalie Tebarth
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 330 Rückenfitness
Leitung Nathalie Tebarth
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €

Kurs 331 Rückenfitness
Leitung Nathalie Tebarth
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €

Kurs 332 Rückenfitness
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 08.08.2023, 8 x dienstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Pont
Gebühr 32,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: ISO-Matte, Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

Kurs 333 Rückenfitness
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Pont
Gebühr 40,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: ISO-Matte, Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

● **Aktiv Berufs- und Arbeitsplatzbelastungen ausgleichen (Kategorie 2)**

Kurs 334 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 11.08.2023, 8 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

Kurs 335 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 11.08.2023, 8 x freitags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

Kurs 282 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

Kurs 336 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken
Leitung Elisabeth Niel
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Stoppersocken, ein kleines Kissen und ein Handtuch

Kurs 337 Rückenfitness
Leitung Elena Kascher
Beginn ab 10.08.2023, 15 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr 60,00 €

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 338 **Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) Frauen**
Leitung Frau Beeker
Beginn ab 07.08.2023, 8 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 339 **Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) Frauen**
Leitung Frau Beeker
Beginn ab 16.10.2023, 8 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 340 **Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) für Männer und Frauen**
Leitung Frau Beeker
Beginn ab 07.08.2023, 8 x montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 341 **Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) für Männer und Frauen**
Leitung Frau Beeker
Beginn ab 16.10.2023, 8 x montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 342 **Hochaltrig und in Bewegung**
Leitung Angela Elser
Beginn ab 18.07.2023, 11 x dienstags von 10.30 bis 11.30 Uhr
Ort Geldern, Adelheidhaus Geldern

Kurs 343 **Hochaltrig und in Bewegung**
Leitung Angela Elser
Beginn ab 03.10.2023, 12 x dienstags von 10.30 bis 11.30 Uhr
Ort Geldern, Adelheidhaus Geldern

Kurs 344 **Kraft- und Konditionstraining mit und ohne Geräte 50+**
Leitung Jürgen Elser
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 18.15 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Martini-Schule Veert
Gebühr 48,00 €



Füreinander. Miteinander.



sparkasse-krefeld.de

Jetzt clever sein und kontaktlos bezahlen.

Mit Karte oder Smartphone –
einfach, sicher und hygienisch.

Gemeinsam
allen
gewachsen

 Sparkasse
Krefeld

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

Kurs 345 Kraft- und Konditionstraining mit und ohne Geräte 50+
Leitung Jürgen Elser
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 18.15 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Martini-Schule Veert
Gebühr 54,00 €

Kurs 346 Pilates 50+ (für Einsteiger und Fortgeschrittene)
Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 24.08.2023, 16 x donnerstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 64,00 €

Kurs 347 Hochaltrig und in Bewegung
Leitung Angela Elser
Beginn ab 19.07.2023, 11 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kerken, Elisabeth-Stift

Kurs 348 Hochaltrig und in Bewegung
Leitung Angela Elser
Beginn ab 04.10.2023, 11 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kerken, Elisabeth-Stift

Kurs 349 Hochaltrig und in Bewegung
Leitung Angela Elser
Beginn ab 19.07.2023, 11 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kevelaer, St. Josefstift Wetten

Kurs 350 Hochaltrig und in Bewegung
Leitung Angela Elser
Beginn ab 04.10.2023, 11 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kevelaer, St. Josefstift Wetten

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

● **Sport und Erlebnisräume für die „Familienban-
de“ - unsere moderne Eltern- und Familienbil-
dung (Kategorie 6)**

Kurs 351 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 11.08.2023, 8 x freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Pariser Bahn
Gebühr 32,00 € (48,00 € für zwei Kinder)

Kurs 352 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung Franziska Pickers
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Pariser Bahn
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)

Kurs 353 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung N N
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Hubertusschule Kevelaer
Gebühr 32,00 € (48,00 € für zwei Kinder)

Kurs 354 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung N N
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Hubertusschule Kevelaer
Gebühr 32,00 € (48,00 € für zwei Kinder)

Kurs 355 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung N N
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Hubertusschule Kevelaer
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)

Kurs 356 Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre

Leitung N N
Beginn ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Hubertusschule Kevelaer
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)

● **Sport und Erlebnisräume für die „Familienbande“ - unsere moderne Eltern- und Familienbildung (Kategorie 6)**

Kurs 357 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung N N
Beginn ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 32,00 € (48,00 € für zwei Kinder)

Kurs 358 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung N N
Beginn ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 16.30 bis 17.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 32,00 € (48,00 € für zwei Kinder)

Kurs 359 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung N N
Beginn ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)

Kurs 360 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung N N
Beginn ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 16.30 bis 17.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)



WERDE TEIL UNSERES TEAMS
KURSLEITUNGEN
GESUCHT

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

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

Kurs 361 **Ashtanga-Yoga für Jedermann**

Leitung Elke Cürvers
Beginn ab 09.08.2023, 17 x mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 68,00 €

Kurs 362 **Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)**

Leitung Daniela Bucher
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 363 **Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)**

Leitung Daniela Bucher
Beginn ab 18.10.2023, 8 x mittwochs von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 364 **Body- und Rückenfit**

Leitung Conny
Beginn ab 07.08.2023, 18 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 72,00 €

Kurs 365 **Bodyfit - Ganzkörpertraining**

Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 15.08.2023, 15 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 60,00 €

Kurs 367 **Bodyfit - Ganzkörpertraining**

Leitung Maike van Koeverden
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 369 **Bodyfit - Ganzkörpertraining**

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 21.08.2023, 16 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 64,00 €



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/laufiebe

AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.



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

Kurs 370	Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung	Franziska Pickers
Beginn	ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	36,00 €

Kurs 371	Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung	Maïke van Koeverden
Beginn	ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	36,00 €

Kurs 372	Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung	Franziska Pickers
Beginn	ab 20.10.2023, 9 x freitags von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	36,00 €

Kurs 373	Bodyfit - Ganzkörpertraining
Leitung	Melanie Frantzki
Beginn	ab 07.08.2023, 17 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Sporthalle Don-Bosco-Schule
Gebühr	68,00 €

Kurs 374	Faszien-Fitness-Yoga
Leitung	Petra Haase
Beginn	ab 11.08.2023, 5 x freitags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	20,00 €



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

Kurs 375 Faszien-Fitness-Yoga
Leitung Petra Haase
Beginn ab 20.10.2023, 9 x freitags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 36,00 €

Kurs 376 Faszien-Yoga
Leitung Petra Haase
Beginn ab 07.08.2023, 6 x montags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 24,00 €

Kurs 377 Faszien-Yoga
Leitung Petra Haase
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 40,00 €

Kurs 378 Fit am Morgen
Leitung Daniela Bucher
Beginn ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 379 Fit am Morgen
Leitung Daniela Bucher
Beginn ab 18.10.2023, 8 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 427 Fitnesscocktail
Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 22.08.2023, 16 x dienstags von 08.00 bis 09.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 64,00 €

Kurs 426 Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte
Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 15.08.2023, 15 x dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 60,00 €

Kurs 380 Funktionelles Rückentraining
Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 15.08.2023, 15 x dienstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 60,00 €

Kurs 424 Hulla meets Fitness
Leitung Tamara Matenaer
Beginn ab 08.08.2023, 8 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 32,00 €

Kurs 425 Hulla meets Fitness
Leitung Tamara Matenaer
Beginn ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 40,00 €

Kurs 381 Kraft- und Ausdauersport
Leitung Sabine Anhuf
Beginn ab 10.08.2023, 15 x donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 60,00 €

Kurs 382 Linedance für Einsteiger
Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 07.08.2023, 8 x montags von 17.00 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 €

Kurs 383 Linedance für Einsteiger mit Vorkenntnissen
Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 17.00 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 60,00 €

Kurs 384 Linedance für Fortgeschrittene
Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 07.08.2023, 8 x montags von 18.30 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 €

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



WERDE TEIL UNSERES TEAMS
**KURSLEITUNGEN
GESUCHT**

Kurs 385	Linedance für Fortgeschrittene
Leitung	Paulo Gomes
Beginn	ab 09.08.2023, 8 x mittwochs von 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	48,00 €

Kurs 386	Linedance für Fortgeschrittene
Leitung	Paulo Gomes
Beginn	ab 16.10.2023, 10 x montags von 18.30 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	60,00 €

Kurs 387	Linedance für Fortgeschrittene
Leitung	Paulo Gomes
Beginn	ab 18.10.2023, 9 x mittwochs von 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	54,00 €

Kurs 388	Morning Yoga
Leitung	Petra Haase
Beginn	ab 08.08.2023, 6 x dienstags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	24,00 €

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



WERDE JETZT TEIL DES TEAMS



Leite deinen eigenen Kurs -
ganz wie du willst!

Interessiert? Dann melde dich jetzt
bei uns und leite deinen eigenen Kurs.

Wir freuen uns auf dich!



sbw-nrw.de

Kurs 389	Morning Yoga
Leitung	Petra Haase
Beginn	ab 17.10.2023, 10 x dienstags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	40,00 €

Kurs 390	Outdoorfitness - aktiv an der frischen Luft
Leitung	Melanie Frantzk
Beginn	ab 05.07.2023, 5 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort	Geldern, Treffpunkt: Egmondpark, an den drei Rotbuchen
Gebühr	20,00 €
Bemerkung	Bitte mitbringen: Yogamatte

Kurs 391	Outdoorfitness - aktiv an der frischen Luft
Leitung	Melanie Frantzk
Beginn	ab 05.07.2023, 5 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Treffpunkt: Egmondpark, an den drei Rotbuchen
Gebühr	20,00 €

Kurs 392	Pilates (für Einsteiger und Fortgeschrittene)
Leitung	Züleyha Blanck
Beginn	ab 17.08.2023, 15 x donnerstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	60,00 €

Kurs 393	Pilates (für Einsteiger und Fortgeschrittene)
Leitung	Silke Kallweit
Beginn	ab 24.08.2023, 16 x donnerstags von 08.00 bis 09.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	64,00 €



Kurs 394	Piloxing®
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 08.08.2023, 18 x dienstags von 18.45 bis 19.45 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	72,00 €
Bemerkung	Bitte mitbringen: Stoppersocken und Handtuch

Kurs 395	Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik
Leitung	Jürgen Driever
Beginn	ab 10.08.2023, 10 x donnerstags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	100,00 €
Bemerkung	Für Einsteiger und Personen mit Vorerfahrung. Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten in der Regel 80% der Kurskosten.



Kurs 396	Yoga für Fortgeschrittene
Leitung	Brigitte Donner
Beginn	ab 23.08.2023, 12 x mittwochs von 08.30 bis 10.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	72,00 €



Kurs 397	ZUMBA® Fitness
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 07.08.2023, 17 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	68,00 €



Kurs 398	ZUMBA® Gold
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 08.08.2023, 18 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	72,00 €

Kurs 399	Ashtanga-Yoga für Jedermann
Leitung	Elke Cürvers
Beginn	ab 07.08.2023, 18 x montags von 20.15 bis 21.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr	90,00 €

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

Kurs 400 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung Miriam Brasseler
Beginn ab 15.08.2023, 15 x dienstags von 19.15 bis 20.15 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr 60,00 €

Kurs 401 Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik

Leitung Jürgen Driever
Beginn ab 09.08.2023, 10 x mittwochs von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr 100,00 €
Bemerkung Für Einsteiger und Personen mit Vorerfahrung. Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten in der Regel 80% der Kurskosten.



Kurs 402 Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik

Leitung Jürgen Driever
Beginn ab 09.08.2023, 10 x mittwochs von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr 100,00 €
Bemerkung Für Einsteiger und Personen mit Vorerfahrung. Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten in der Regel 80% der Kurskosten.



Kurs 403 Tai Chi Chuan Wu-Stil nach Ma Jiangbao

Leitung Helga Felgentreu
Beginn ab 10.08.2023, 17 x donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr 68,00 €

Kurs 404 Tai Chi Chuan Wu-Stil nach Ma Jiangbao

Leitung Helga Felgentreu
Beginn ab 10.08.2023, 17 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr 68,00 €
Bemerkung Einführungskurs für Anfänger

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

Kurs 405 Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene

Leitung Stefan Verhoeven
Beginn ab 07.08.2023, 18 x montags von 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Am Bollwerk, Hallenteil 1
Gebühr 108,00 €

Kurs 406 Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene

Leitung Stefan Verhoeven
Beginn ab 07.08.2023, 18 x montags von 20.30 bis 22.00 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Am Bollwerk, Hallenteil 1
Gebühr 108,00 €

Kurs 407 Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene

Leitung Hermann Bornheim
Beginn ab 08.08.2023, 19 x dienstags von 18.00 bis 20.15 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Lise-Meitner-Gymnasium
Gebühr 152,00 €

Kurs 408 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)

Leitung Heiner Lettmann
Beginn ab 16.09.2023, 12 x samstags von 09.00 bis 10.30 Uhr
Ort Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr 132,00 €

Kurs 409 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)

Leitung Heiner Lettmann
Beginn ab 16.09.2023, 12 x samstags von 10.30 bis 12.00 Uhr
Ort Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr 132,00 €



WERDE TEIL UNSERES TEAMS
KURSLEITUNGEN
GESUCHT

Kurs 410 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung Heiner Lettmann
Beginn ab 16.09.2023, 12 x samstags von 12.00 bis 13.30 Uhr
Ort Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr 132,00 €

Kurs 411 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung Heiner Lettmann
Beginn ab 16.09.2023, 12 x samstags von 13.30 bis 15.00 Uhr
Ort Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr 132,00 €

Kurs 412 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung Heiner Lettmann
Beginn ab 19.09.2023, 12 x dienstags von 09.30 bis 11.00 Uhr
Ort Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr 132,00 €

Kurs 413 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung Werner Nitsche
Beginn ab 16.09.2023, 10 x samstags von 08.30 bis 10.00 Uhr
Ort Issum, SportPark, Kotherdyck 16
Gebühr 110,00 €

Kurs 414 Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung Werner Nitsche
Beginn ab 16.09.2023, 10 x samstags von 10.00 bis 11.30 Uhr
Ort Issum, SportPark, Kotherdyck 16
Gebühr 110,00 €



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

Kurs 415 Figurtraining für Frauen
Leitung Petra Hoeken
Beginn ab 07.08.2023, 8 x montags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 416 Figurtraining für Frauen
Leitung Petra Hoeken
Beginn ab 16.10.2023, 10 x montags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 40,00 €

Kurs 417 Figurtraining für Frauen
Leitung Melanie Frantzk
Beginn ab 07.08.2023, 18 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Gymnastikhalle Don-Bosco-Schule
Gebühr 72,00 €

Kurs 418 Frauenfit
Leitung N N
Beginn ab 10.08.2023, 8 x donnerstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 419 Frauenfit
Leitung N N
Beginn ab 19.10.2023, 9 x donnerstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 36,00 €

Kurs 420 Ashtanga-Yoga für Frauen
Leitung Elke Cürvers
Beginn ab 07.08.2023, 18 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr 90,00 €

Kurs 421 Fit for Fun - sanftes Ausdauertraining trifft auf Rückenfitness
Leitung Annegret Grootens
Beginn ab 08.08.2023, 17 x dienstags von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr 85,00 €
Bemerkung Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und (Klein-)Hanteln

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

Kurs 422	Fit for Fun - sanftes Ausdauertraining trifft auf Rückenfitness
Leitung	Sandra Strotmann
Beginn	ab 10.08.2023, 17 x donnerstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort	Straelen, Sporthalle Herongen
Gebühr	68,00 €
Bemerkung	Bitte mitbringen: Sportmatte



Rehasport

Eine Krankheit zu haben, heißt nicht automatisch, auf sportliche Betätigung verzichten zu müssen! Ganz im Gegenteil – „Bewegung tut gut“ – unabhängig vom Krankheitsbild kann fachlich angeleitetes Sporttreiben und Bewegungslernen körperliche und seelische Stabilisierung bewirken. Die Teilnahme am Rehabilitationssport hilft den Menschen, die Beweglichkeit im Alltag wiederherzustellen, die alltäglichen Belastungen besser zu meistern und das Selbstvertrauen zu steigern. Natürlich werden die orthopädischen Maßnahmen von lizenzierten Reha-Trainern geleitet und in einer Gruppe mit Gleichgesinnten durchgeführt.

Der Gesetzgeber hat allen Menschen mit körperlichen Funktionsbeeinträchtigungen einen Rechtsanspruch auf Rehabilitationssport eingeräumt (§43 SGB V in Verbindung mit §44 SGB IX). Der Rehasport-Kurs wird ärztlich verordnet und belastet im Gegensatz zu einer Verordnung von Manueller Therapie oder Ergotherapie nicht das Budget Ihres Arztes.



**Sprechen Sie uns an.
Gemeinsam finden wir eine Lösung!**

Für alle Rehasport-Kurse gilt:

Die Anmeldung erfolgt in der Geschäftsstelle
Sportbildungswerk Kleve

Tel.: 02831 92830-20

E-Mail: sportbildungswerk@ksb-kleve.de

Ein Einstieg ist jederzeit je nach Auslastung möglich.

Alle Kursangebote in dieser Kategorie sind kostenlos, wenn Sie eine ärztliche Verordnung haben!

Kurs 165 Reha Herzsport

Leitung Gabi Wagener
Beginn ab 05.07.2023, mittwochs von 14.00 bis 15.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 166 Reha Herzsport

Leitung Gabi Wagener
Beginn ab 05.07.2023, mittwochs von 15.15 bis 16.15 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 167 Rehasport Innere Medizin (Lungensport)

Leitung Gabi Wagener
Beginn ab 03.07.2023, montags von 11.00 bis 11.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

Kurs 168 Rehasport Innere Medizin (Lungensport)

Leitung Regina Bubner-Engel
Beginn ab 04.07.2023, dienstags von 10.35 bis 11.20 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 169 Rehasport Innere Medizin (Lungensport)

Leitung Regina Bubner-Engel
Beginn ab 04.07.2023, dienstags von 11.25 bis 12.10 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 170 Rehasport Orthopädie (Hockergymnastik)

Leitung Regina Bubner-Engel
Beginn ab 04.07.2023, dienstags von 09.40 bis 10.25 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 171 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Gabi Wagener
Beginn ab 03.07.2023, montags von 09.00 bis 09.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

Kurs 172 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Gabi Wagener
Beginn ab 03.07.2023, montags von 10.00 bis 10.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

Kurs 173 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Nathalie Tebarth
Beginn ab 05.07.2023, mittwochs von 19.00 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

Kurs 174 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 06.07.2023, donnerstags von 16.50 bis 17.35 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 175 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 06.07.2023, donnerstags von 17.40 bis 18.25 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 176 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 06.07.2023, donnerstags von 18.30 bis 19.15 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Kurs 177 Reha Herzsport

Leitung Sylvia Hermens
Beginn ab 07.08.2023, montags von 16.30 bis 18.00 Uhr
Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 178 Reha Herzsport

Leitung Maria van Düren
Beginn ab 03.07.2023, montags von 16.30 bis 18.00 Uhr
Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 179 Reha Herzsport

Leitung Sylvia Hermens
Beginn ab 07.08.2023, montags von 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 180 Reha Herzsport

Leitung Eva Fritz
Beginn ab 07.08.2023, montags von 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort Kevelaer, Zweifachhalle

● **Bewegung und Sport als Hilfe bei speziellen Krankheitsbildern (Kategorie 14)**

Kurs 181 Rehasport Arterielle Verschlusskrankheit
Leitung Maria van Dören
Beginn ab 07.08.2023, montags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Kevelaer, Krankenhaus St. Marien

Kurs 182 Rehasport bei Erkrankung der Wirbelsäule / Haltungsschäden für Erwachsene im Wasser mit Elementen der Gymnastik
Leitung Elke Rogmann
Beginn ab 07.08.2023, montags von 08.30 bis 09.15 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer

Kurs 183 Rehasport bei Erkrankung der Wirbelsäule / Haltungsschäden für Erwachsene im Wasser mit Elementen der Gymnastik
Leitung Elke Rogmann
Beginn ab 07.08.2023, montags von 09.15 bis 10.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer

Kurs 184 Rehasport bei Erkrankung der Wirbelsäule / Haltungsschäden für Erwachsene im Wasser mit Elementen der Gymnastik
Leitung Ulla Reynders
Beginn ab 07.08.2023, montags von 10.00 bis 10.45 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer

Kurs 185 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)
Leitung Doris Fudala
Beginn ab 03.07.2023, montags von 16.30 bis 17.15 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk

Kurs 186 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)
Leitung Doris Fudala
Beginn ab 03.07.2023, montags von 17.30 bis 18.15 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk

Kurs 187 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)
Leitung Petra Reims
Beginn ab 18.07.2023, dienstags von 09.45 bis 10.30 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk

Kurs 212 Rehasport Neurologie (Sport mit Parkinson)
Leitung Markus Sendek
Beginn ab 08.08.2023, dienstags von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

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

● **Bewegung und Sport als Hilfe bei speziellen Krankheitsbildern (Kategorie 14)**

Kurs 214 Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)
Leitung Marina Guntermann
Beginn ab 03.07.2023, montags von 09.00 bis 09.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

Die Kosten für den folgenden Kurs können leider nicht von den Krankenkassen übernommen werden.

Kurs 423 Golf und Gymnastik in der Krebsnachsorge
Leitung Nasi Dickhoff
Beginn ab 10.08.2023, 9 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Issum, Golfclub Issum
Gebühr 72,00 €



Auf den folgenden Seiten bekommen Sie einen Überblick über unsere das Jahr 2023.

Weitere und ausführliche Informationen dazu können Sie auf unserer Homepage auch direkt online über ein Warenkorbsystem buchen. Für weitere Rückfragen steht Ihnen unsere Geschäftsstelle gerne

Vereinspraxis

Qualifizierung im Sport. Das ist Ehrenamtsförderung, Horizonterweiterung und Spaß. Sicher ist bei den folgenden Angeboten auch für Sie etwas aus der Sportpraxis!

Aus- und Fortbildungen (Vereinspraxis und Vereinsmanagement) für Ihre Homepage www.sbw-kleve.de einsehen. Dort können Sie Ihren auch telefonisch oder per E-Mail zur Verfügung.

terung, Persönlichkeitsbildung, Jugendförderung, Bewegung, Spiel dabei. Übersichtlich zusammengefasst finden Sie nachfolgend alle

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 Gehirntaining (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 Vereinsmanagement 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	kostenfrei
46418	Ehrenamtsmanager*in Aufbaumodul	15	18.11.	Geldern	Heike Arlt	kostenfrei

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.

2023

		JANUAR					FEBRUAR					MÄRZ				
WOCHEN	52	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13
Montag		2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27
Dienstag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28
Mittwoch		4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29
Donnerstag		5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30
Freitag			6	13	20	27	3	10	17	24		3	10	17	24	31
Samstag		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25	
Sonntag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26	

	APRIL					MAI					JUNI				
WOCHE	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26
Montag		3	10	17	24	1	8	15	22	29		5	12	19	26
Dienstag		4	11	18	25	2	9	16	23	30		6	13	20	27
Mittwoch		5	12	19	26	3	10	17	24	31		7	14	21	28
Donnerstag		6	13	20	27	4	11	18	25		1	8	15	22	29
Freitag		7	14	21	28	5	12	19	26		2	9	16	23	30
Samstag	1	8	15	22	29	6	13	20	27		3	10	17	24	
Sonntag	2	9	16	23	30	7	14	21	28		4	11	18	25	

	JULI						AUGUST					SEPTEMBER				
WOCHEN	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39
Montag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25
Dienstag		4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26
Mittwoch		5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27
Donnerstag		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28
Freitag		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29
Samstag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30
Sonntag	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24	

	OKTOBER						NOVEMBER						DEZEMBER					
WOCHE	39	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52		
Montag		2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	25		
Dienstag		3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	26		
Mittwoch		4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27		
Donnerstag		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28		
Freitag		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29		
Samstag		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30		
Sonntag	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31		

Neujahr 1.1., Karfreitag 7.4., Ostern 9.4./10.4., Tag der Arbeit 1.5.,
Christi Himmelfahrt 18.5., Pfingsten 28./29.5., Fronleichnam 8.6.,
Tag der Deutschen Einheit 3.10., Allerheiligen 1.11., Weihnachten 25./26.12.

Schulferien in NRW

	Erster Ferientag		Letzter Ferientag
Weihnachten	23.12.2022	-	06.01.2023
Ostern	03.04.2023	-	15.04.2023
Sommer	22.06.2023	-	04.08.2023
Herbst	02.10.2023	-	14.10.2023
Weihnachten	21.12.2023	-	05.01.2024

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

Impressum ●

Wir übernehmen keine Haftung für die Richtigkeit, Vollständigkeit oder Aktualität der wiedergegebenen Informationen.

Herausgeber

SportBildungswerk Kleve

Redaktion

Silke Kallweit (V.i.S.d.P.)

Gestaltung

Christoph Kirstein

Fotos

Bilddatenbank SBW NRW, Kristian Rahn

Bilddatenbank LSB NRW, Andrea Bowinkelmann



*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