



Sportreisen • Sportkurse • Aus- und Fortbildungen • Rehasport

# Sportbildungsplan 1. Halbjahr 2022



Nordkreis



Finde heraus,  
was gut für dich ist!

[www.sportbildungswerk-kleve.de](http://www.sportbildungswerk-kleve.de)

## Das SportBildungswerk NRW Zertifizierter Anbieter bürgernaher sportlicher Weiterbildungsangebote

Das Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen macht allen gesetzlich anerkannten und geförderten Weiterbildungseinrichtungen in Nordrhein-Westfalen die Modernisierung und Neuorientierung des Weiterbildungsangebots nach aktuellen gesellschaftlichen und bildungspolitischen Bedarfen zur Aufgabe.

Diese Vorgaben werden von allen Außenstellen des SportBildungswerkes umgesetzt. Moderne Sport- und Bewegungsangebote im Rahmen allgemeiner Weiterbildung haben wir uns „auf die Fahnen“ geschrieben.

Das SportBildungswerk stellt sich zudem regelmäßig einer externen Beurteilung seines Qualitätsmanagements nach den Standards der

„European Foundation for Quality Management“ (EFQM). Im März 2018 wurde dem SportBildungswerk im Rahmen der Neuzertifizierung das zweite EFQM-Level „Recognised for Excellence“ bestätigt.

Systematisches Qualitätsmanagement im SportBildungswerk ist also ein Merkmal, das gegenüber dem Gesetzgeber, unseren Teilnehmerinnen und Teilnehmern, Kunden und Kooperationspartnern Nachweis ist für unser Versprechen, ständig unsere Leistungsstandards weiterzuentwickeln.

Dies dient auch der Sicherung unseres seit mehr als 40 Jahren erfolgreichen SportBildungswerkes mit jährlich mehr als 100.000 Teilnehmer/innen. Wir bieten den Bürgern in NRW mehr als 7500 Sport- und Bewegungskurse, bewegungsorientierte Ausgleichsangebote für Berufs-, Arbeits- und Alltagsbelastungen, Qualifizierungsangebote für ehrenamtliche Tätigkeit mit Sportgruppen oder im Vereinsverwaltungs- und Führungsbereich sowie Grund- und Erweiterungs-Qualifizierungen für haupt- und nebenberuflich Tätige in Sport-, Bewegungs-, Gesundheits- und Sozialberufen.

Unser Motto für unsere Teilnehmer/innen und Interessenten lautet:

*„Finde heraus, was gut für dich ist“*

Ihr  
SportBildungswerk Kleve  
**Dein Sporhaus**  
Geschäftsstelle  
Pariser Bahn 7  
47608 Geldern

**Geschäftsstelle:**  
SportBildungswerk Kleve

**Dein Sporhaus**

Geschäftsstelle

Pariser Bahn 7

47608 Geldern

Tel.: 02831 92830 20

Fax: 02831 92830 10

E-Mail: [sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

Internet: [www.sportbildungswerk-kleve.de](http://www.sportbildungswerk-kleve.de)

**Außenstellenleiterin:**

Silke Kallweit

E-Mail: [s.kallweit@ksb-kleve.de](mailto:s.kallweit@ksb-kleve.de)

**Pädagogischer Leiter:**

Marcel Kempkes

Tel.: 02831 92830 21

E-Mail: [m.kempkes@ksb-kleve.de](mailto:m.kempkes@ksb-kleve.de)

**Bankverbindung:**

Volksbank an der Niers eG

IBAN: DE19 3206 1384 4307 3470 11

BIC: GENODED1GDL

Anmeldung ●

**Zu allen Angeboten in dieser Broschüre können Sie sich bei der Geschäftsstelle des SportBildungswerkes Kleve sowie auf der Internetseite unter den o.a. Kontaktdaten anmelden.**

Inhalt ●

Sportreisen .....	4
Gesundheit mit Kopf und Körper lernen (Kategorie 1) .....	15
Keine Frage des Alter(n)s: leben und lernen mit Sport (Kategorie 3) .....	17
Sport und Erlebnissräume für die „Familienbande“ - unsere moderne Eltern- und Familienbildung (Kategorie 6) .....	17
Kompetenz in Sport- und Fitnessrends - bei uns ... (Kategorie 9) .....	18
Frauen stärken - For women only (Kategorie 13) .....	22
Aus- und Fortbildungen .....	24

<b>Kurs 002</b>	<b>Wandern zur Mandelblüte auf Mallorca</b>
<b>Leitung</b>	Gerlinde Freitag
<b>Termin</b>	26.02.-05.03.2022
<b>Ort</b>	Cala Ratjada, Mallorca, Spanien
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	Flug ab Düsseldorf
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 854,00 € Einzelzimmer: 954,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	Flug an/an Düsseldorf/Palma, Transfer Flughafen-Hotel/Wandergebiet, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Bella Playa, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Rail & Fly, Betreuung, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	Wanderschuhe, Wanderkleidung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

<b>Kurs 003</b>	<b>Wandern in Mallorcas Norden</b>
<b>Leitung</b>	Gerlinde Freitag
<b>Termin</b>	24.-31.03.2022
<b>Ort</b>	Puerto Soller, Mallorca, Spanien
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	Flug ab Düsseldorf
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 934,00 € Einzelzimmer: 1.044,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	Flug an/an Düsseldorf/Palma, Transfer Flughafen-Hotel/Wandergebiet, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Eden Nord, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Rail & Fly, Betreuung, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	Wanderschuhe, Wanderkleidung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

<b>Kurs 006</b>	<b>Wandern auf Kreta</b>
<b>Leitung</b>	Züleyha Blanck
<b>Termin</b>	13.-20.05.2022
<b>Ort</b>	Chania, Kreta, Griechenland
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	ab 899,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	7 Übernachtungen in der gebuchten Zimmerkategorie, Halbpension, Transfer vom und zum Flughafen, an 5 Tagen geführte Wandertouren zwischen 12 und 18 km
<b>Ausrüstung</b>	Wanderschuhe, Wanderkleidung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

<b>Kurs 007</b>	<b>Wandern in der Südeifel</b>
<b>Leitung</b>	Hans-Gerd Uffermann
<b>Termin</b>	07.-10.07.2022
<b>Ort</b>	Bollendorf, Eifel
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 159,00 € Einzelzimmer: 183,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	3 Übernachtungen mit Frühstück, 3 geführte Wandertouren zwischen 14 und 18 km, Reiseleitung, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	Wanderschuhe, Wanderkleidung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

<b>Kurs 008</b>	<b>Wandern im Berchtesgadener Land</b>
<b>Leitung</b>	Bettina Forst
<b>Termin</b>	09.-16.10.2022
<b>Ort</b>	Schönau am Königssee
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie bis 18.00 Uhr
<b>Gebühr</b>	Komfort Doppelzimmer: 899,00 € Komfort Einzelzimmer: 929,00 € Standard DZ zur EZ-Nutzung: 999,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	7 Übernachtungen mit HP im 3-Sterne-Komforthotel, an 5 Tagen geführte Wandertouren zwischen 12 und 18 km, Reiseleitung, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	Wanderschuhe, Wanderkleidung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit

**Kurs 013** **Wanderung zu den Höhepunkten des Reichwaldes**

<b>Leitung</b>	Hans-Gerd Uffermann
<b>Termin</b>	20.02.2022
<b>Ort</b>	Kleve: Parkplatz am Treppkesweg
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie (bis 10.00 Uhr) Treffpunkte zur Abfahrt mit PKW: 9.00 Uhr ab Esso Tankstelle Kevelaer 9.20 Uhr ab Parkplatz Autobahnauffahrt Goch Mitfahrer beteiligen sich mit 5,00 € bzw. 3,00 € an den Fahrtkosten.
<b>Gebühr</b>	9,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführte ca. fünfstündige Tageswanderung, ca. 18km
<b>Ausrüstung</b>	festes Schuhwerk, Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition und Trittsicherheit

**Kurs 014** **Wanderung im Angerbachtal bei Ratingen**

<b>Leitung</b>	Hans-Gerd Uffermann
<b>Termin</b>	20.03.2022
<b>Ort</b>	Hösl: Parkplatz Bahnhof
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie (bis 10.00 Uhr) Treffpunkte zur Abfahrt mit PKW: 8.30 Uhr ab Esso Tankstelle Kevelaer 9.00 Uhr ab Autobahnparkplatz Alpen Mitfahrer beteiligen sich mit 15,00 € bzw. 10,00 € an den Fahrtkosten.
<b>Gebühr</b>	9,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführte ca. fünfstündige Tageswanderung, ca. 18km
<b>Ausrüstung</b>	festes Schuhwerk, Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition und Trittsicherheit



**Kurs 015** **Rustikale Wanderung im Wambachtal bei Duisburg**

---

<b>Leitung</b>	Hans-Gerd Uffermann
<b>Termin</b>	24.04.2022
<b>Ort</b>	Duisburg: Wanderparkplatz Uhlenhorst
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie (bis 10.00 Uhr) Treffpunkte zur Abfahrt mit PKW: 9.00 Uhr ab Esso Tankstelle Kevelaer 9.30 Uhr ab Autobahnparkplatz Alpen Mitfahrer beteiligen sich mit 10,00 € bzw. 8,00 € an den Fahrtkosten.
<b>Gebühr</b>	9,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführte ca. fünfstündige Tageswanderung, ca. 14km
<b>Ausrüstung</b>	hohes festes Schuhwerk, Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition und Trittsicherheit

**Kurs 016** **Wanderung an der Wupper**

---

<b>Leitung</b>	Manfred Niechoj
<b>Termin</b>	15.05.2022
<b>Ort</b>	Solingen, Parkplatz in der Planke (hinter der Feuerwehr)
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie (bis 10.00 Uhr) Treffpunkte zur Abfahrt mit PKW: 8.00 Uhr ab Esso Tankstelle Kevelaer 8.30 Uhr ab Autobahnparkplatz Alpen Mitfahrer beteiligen sich mit 15,00 € bzw. 10,00 € an den Fahrtkosten.
<b>Gebühr</b>	9,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführte ca. fünfstündige Tageswanderung, ca. 18km
<b>Ausrüstung</b>	festes Schuhwerk, Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition und Trittsicherheit

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

## ● Sportreisen - Tageswandertour

<b>Kurs 017</b>	<b>Wanderung „De Bosradn“-Landgoed Arcen (NL)</b>
<b>Leitung</b>	Sibille Geldermann
<b>Termin</b>	22.05.2022
<b>Ort</b>	Arcen: Pfannkuchenrestaurant
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie (bis 11.00 Uhr)
<b>Gebühr</b>	9,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführte ca. dreistündige Wanderung, ca. 10km
<b>Ausrüstung</b>	festes Schuhwerk, Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	gute Kondition und Trittsicherheit

## ● Sportreisen - Radwandertour

<b>Kurs 005</b>	<b>Radfahren in Andalusien</b>
<b>Leitung</b>	Gerd Bloemen
<b>Termin</b>	20.-27.03.2022
<b>Ort</b>	Chiclana de la Frontera, Andalusien, Spanien
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	Flug ab Düsseldorf
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 889,00 € Einzelzimmer auf Anfrage: 949,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	Flug an/an Düsseldorf/Jerez, Transfer Flughafen-Hotel, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Hipotels Barrosa Park , Radtouren (5 Tage, ca. 60-100 km), Reiseleitung, Versicherung
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)



# SPORTREISEN

MIT DEM SPORTBILDUNGSWERK



[www.sbw-sportreisen.de](http://www.sbw-sportreisen.de)

<b>Kurs 009</b>	<b>Die Panorama-Tour - durch das südliche Ruhrgebiet, Bergische Land, Wuppertal, Ruhrtal</b>
<b>Leitung</b>	Siggi Blum
<b>Termin</b>	07.-08.05.2022
<b>Ort</b>	Start/Ziel: Parkplatz am Wasserbahnhof Alte Schleuse 1 45468 Mülheim/Ruhr
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie bis 10.00 Uhr
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 95,00 € EZ-Zuschlag: 15,50 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	Übernachtung, Frühstück, Tourenleitung, Organisation, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition

<b>Kurs 010</b>	<b>Ruhrgebiet für Fortgeschrittene - Bahnrassen, Halden, Bergbau, Flüsse, Kanäle, Seen, Höfe, Heide, Industriekultur u.v.m. mit dem Rad erfahren</b>
<b>Leitung</b>	Siggi Blum
<b>Termin</b>	10.-19.06.2022
<b>Ort</b>	Start/Ziel: Zeche Zollverein
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 95,00 € EZ-Zuschlag: 15,50 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	Übernachtung, Frühstück, Tourenleitung, Organisation, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition

**Anmeldung:**

Geschäftsstelle

02831 92830-20

[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)

[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

<b>Kurs 011</b>	<b>Radwandern auf Kreta</b>
<b>Leitung</b>	Jürgen Driever
<b>Termin</b>	14.-21.10.2022
<b>Ort</b>	Chania, Kreta, Griechenland
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	ab 750,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	7 Übernachtungen in der gebuchten Zimmerkategorie, Halbpension, Trekking oder E-Bike, Transfer vom und zum Flughafen, an 5 Tagen geführte Radtouren zwischen 40 und 70 km mit Begleitfahrzeug
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition
<b>Bemerkung</b>	Genaue Preise hängen von der Auswahl des Zimmers ab. Der Flug ist nicht inkludiert und wird durch die Teilnehmer in Eigenregie gebucht. Details zu diesem Angebot finden Sie online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-kleve.de">www.sportbildungswerk-kleve.de</a> .

<b>Kurs 012</b>	<b>E-Bike Rundreise auf Sardinien</b>
<b>Leitung</b>	Jürgen Driever
<b>Termin</b>	21.-28.05.2022
<b>Ort</b>	Sardiniens Süden ab Cagliari
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 1.019,00 € Einzelzimmer: 1.159,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	7 Übernachtungen in drei 4-Sterne-Hotels, 5mal Halbpension + 2mal Frühstück, E-Bike, Transfer vom und zum Flughafen, sechs geführte Radtouren zwischen 50 und 80 km mit Begleitfahrzeug
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition
<b>Bemerkung</b>	Der Flug ist nicht inkludiert und wird durch die Teilnehmer in Eigenregie gebucht. Details zu diesem Angebot finden Sie online unter <a href="http://www.sportbildungswerk-kleve.de">www.sportbildungswerk-kleve.de</a> .

<b>Kurs 018</b>	<b>Metropole Ruhr mit dem Rad erleben und entdecken</b>
<b>Leitung</b>	Siggi Blum
<b>Termin</b>	01.05.2022
<b>Ort</b>	Essen, Bahnhof Essen-Borbeck
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie bis 10.00 Uhr
<b>Gebühr</b>	19,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführt Radtour (ca. 60 - 65 km), Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Klei- dung, ggf. Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition

<b>Kurs 019</b>	<b>E-Bike Tour entlang der Römerroute</b>
<b>Leitung</b>	Hans-Gerd Uffermann
<b>Termin</b>	15.05.2022
<b>Ort</b>	Kevelaer, Bahnhof
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie bis 10.00 Uhr
<b>Gebühr</b>	19,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	geführt Radtour (ca. 70 km), Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Klei- dung, ggf. Rucksackverpflegung
<b>Anforderungen</b>	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition
<b>Bemerkung</b>	hügelige Tour durch Wald und Feld

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

<b>Kurs 004</b>	<b>Fit in Paderborn</b>
<b>Leitung</b>	Züleyha Blanck
<b>Termin</b>	06.-08.05.2022
<b>Ort</b>	Paderborn
<b>Anreise / Treffpunkt</b>	in Eigenregie
<b>Gebühr</b>	Doppelzimmer: 289,00 € Einzelzimmer: 349,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	10
<b>Leistungen</b>	2 Übernachtungen/Frühstück, individuelles Sport- und Fitnessprogramm im Ahorn-Sportpark, Reiseleitung, Versicherung
<b>Ausrüstung</b>	Sportbekleidung, Outdoor- und Hallensport-schuhe





Finde heraus, was gut für dich ist!

„Mit dem SportBildungswerk  
wird es nie langweilig.  
Weder für mich, noch für die  
Teilnehmenden.“

Aloima Galan Castillo  
Zumba & Piloxing

<b>Kurs 020</b>	<b>Aquafitness für Damen und Herren</b>
<b>Leitung</b>	Reiner Angenendt
<b>Beginn</b>	ab 06.01.2022, 14 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
<b>Gebühr</b>	84,00 €

<b>Kurs 021</b>	<b>Aquafitness für Damen und Herren</b>
<b>Leitung</b>	Reiner Angenendt
<b>Beginn</b>	ab 28.04.2022, 7 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
<b>Gebühr</b>	42,00 €

<b>Kurs 022</b>	<b>Aquafitness für Damen und Herren (60+)</b>
<b>Leitung</b>	Helga Ricken
<b>Beginn</b>	ab 12.01.2022, 12 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
<b>Gebühr</b>	72,00 €

<b>Kurs 023</b>	<b>Aquafitness für Damen und Herren (60+)</b>
<b>Leitung</b>	Helga Ricken
<b>Beginn</b>	ab 12.01.2022, 12 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
<b>Gebühr</b>	72,00 €

<b>Kurs 024</b>	<b>Aquafitness für Damen und Herren (60+)</b>
<b>Leitung</b>	Helga Ricken
<b>Beginn</b>	ab 27.04.2022, 8 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten
<b>Gebühr</b>	48,00 €



SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN

WERDE TEIL UNSERES TEAMS  
**KURSLEITUNGEN**  
**GESUCHT**

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

● **Gesundheit mit Kopf und Körper lernen  
(Kategorie 1)**

**Kurs 025 Aquafitness für Damen und Herren (60+)**

**Leitung** Helga Ricken  
**Beginn** ab 27.04.2022, 8 x mittwochs von 16.00 bis 17.00 Uhr  
**Ort** Emmerich am Rhein, Schwimmhalle Elten  
**Gebühr** 48,00 €

**Kurs 026 Fit over 40 - Das Rundum-Gymnastik-Programm**

**Leitung** Karin Viertel  
**Beginn** ab 12.01.2022, 21 x mittwochs von 18.30 bis 19.30 Uhr  
**Ort** Emmerich am Rhein, Sporthalle Europa-Hauptschule, Paaltjessteege  
**Gebühr** 73,50 €

**Kurs 027 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene**

**Leitung** Heike Lippe  
**Beginn** ab 26.04.2022, 7 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr  
**Ort** Kleve, Parkplatz Treppkesweg  
**Gebühr** 24,50 €

**Kurs 028 Nordic-Walking / Walking für Fortgeschrittene**

**Leitung** Heike Lippe  
**Beginn** ab 11.01.2022, 12 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr  
**Ort** Kleve, Parkplatz Wasserburgallee  
**Gebühr** 42,00 €





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

<b>Kurs 029</b>	<b>Fit im Alter</b>
<b>Leitung</b>	Adelgund Meyer
<b>Beginn</b>	ab 17.01.2022, 11 x montags von 09.30 bis 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
<b>Gebühr</b>	44,00 €

<b>Kurs 030</b>	<b>Fit im Alter</b>
<b>Leitung</b>	Adelgund Meyer
<b>Beginn</b>	ab 17.01.2022, 11 x montags von 10.45 bis 11.45 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
<b>Gebühr</b>	44,00 €

<b>Kurs 031</b>	<b>Fit im Alter</b>
<b>Leitung</b>	Adelgund Meyer
<b>Beginn</b>	ab 25.04.2022, 8 x montags von 09.30 bis 10.30 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
<b>Gebühr</b>	32,00 €

<b>Kurs 032</b>	<b>Fit im Alter</b>
<b>Leitung</b>	Adelgund Meyer
<b>Beginn</b>	ab 25.04.2022, 8 x montags von 10.45 bis 11.45 Uhr
<b>Ort</b>	Emmerich am Rhein, Therapie- und Bildungszentrum „Wir Beide“
<b>Gebühr</b>	32,00 €

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

<b>Kurs 033</b>	<b>YogaKids (6 - 10jährige)</b>
<b>Leitung</b>	Janicia Aleweiler
<b>Beginn</b>	ab 07.02.2022, 8 x montags von 17.30 bis 18.30 Uhr
<b>Ort</b>	Rees, Kath. Jugendheim Haldern
<b>Gebühr</b>	28,00 €

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

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

**Kurs 034      Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte**

---

**Leitung**      Heike Lippe  
**Beginn**      ab 12.01.2022, 12 x mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr  
**Ort**          Bedburg-Hau, Sporthalle Haus Freudenberg  
**Gebühr**      54,00 €

**Kurs 035      Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte**

---

**Leitung**      Heike Lippe  
**Beginn**      ab 27.04.2022, 7 x mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr  
**Ort**          Bedburg-Hau, Sporthalle Haus Freudenberg  
**Gebühr**      31,50 €  
**Bemerkung**   Endtermin: 22.06. (Urlaub 25.05-02.06)

**Kurs 036      Move your body**

---

**Leitung**      Regina Becker-Hendricks  
**Beginn**      ab 12.01.2022, 22 x mittwochs von 17.15 bis 18.45 Uhr  
**Ort**          Bedburg-Hau, Gymnastikhalle Haus Freudenberg  
**Gebühr**      99,00 €

**Kurs 037      Bodyshape Ganzkörperworkout am Vormittag**

---

**Leitung**      Carina Riering  
**Beginn**      ab 14.01.2022, 13 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr  
**Ort**          Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8  
**Gebühr**      45,50 €

**Kurs 038      Bodyshape Ganzkörperworkout am Vormittag**

---

**Leitung**      Carina Riering  
**Beginn**      ab 29.04.2022, 9 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr  
**Ort**          Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8  
**Gebühr**      31,50 €

**Kurs 039      Fitnesscocktail**

---

**Leitung**      Carina Riering  
**Beginn**      ab 11.01.2022, 13 x dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr  
**Ort**          Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8  
**Gebühr**      45,50 €

**Kurs 040      Fitnesscocktail**

---

**Leitung**      Carina Riering  
**Beginn**      ab 26.04.2022, 11 x dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr  
**Ort**          Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8  
**Gebühr**      38,50 €

**Kurs 041 Kettlebell Einsteiger**

<b>Leitung</b>	Dieter Hendricks
<b>Beginn</b>	ab 13.01.2022, 19 x donnerstags von 19.00 bis 20.00 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	85,50 €

**Kurs 042 Kettlebell Fitness Fortgeschrittene**

<b>Leitung</b>	Dieter Hendricks
<b>Beginn</b>	ab 11.01.2022, 22 x dienstags von 19.40 bis 20.40 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	99,00 €



**Kurs 043 Piloxing®**

<b>Leitung</b>	Aloima Galan Castillo
<b>Beginn</b>	ab 06.01.2022, 14 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	49,00 €
<b>Bemerkung</b>	Bitte ein Handtuch und eine Matte mitbringen.

**Kurs 044 Piloxing®**

<b>Leitung</b>	Aloima Galan Castillo
<b>Beginn</b>	ab 28.04.2022, 7 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	24,50 €
<b>Bemerkung</b>	Bitte ein Handtuch und eine Matte mitbringen.

**Kurs 045 Step-Aerobic und Kräftigungsübungen mit Kleingeräten**

<b>Leitung</b>	Katja Peeters
<b>Beginn</b>	ab 10.01.2022, 19 x montags von 19.15 bis 20.25 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	76,00 €

**Anmeldung:**

Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto: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/laufiebe](https://aok.de/rh/laufiebe)

AOK Rheinland/Hamburg  
Die Gesundheitskasse.

AOK 



<b>Kurs 046</b>	<b>ZUMBA® Fitness</b>
<b>Leitung</b>	Aloima Galan Castillo
<b>Beginn</b>	ab 06.01.2022, 14 x donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	49,00 €
<b>Bemerkung</b>	Bitte ein Handtuch und eine Matte mitbringen.

<b>Kurs 047</b>	<b>ZUMBA® Fitness</b>
<b>Leitung</b>	Aloima Galan Castillo
<b>Beginn</b>	ab 28.04.2022, 7 x donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	24,50 €
<b>Bemerkung</b>	Bitte ein Handtuch und eine Matte mitbringen.

<b>Kurs 048</b>	<b>Lockerer Lauftreff</b>
<b>Leitung</b>	Rainer Lippe
<b>Beginn</b>	ab 03.01.2022, 18 x montags von 18.00 bis 19.00 Uhr
<b>Ort</b>	Kleve, Parkplatz Wasserburgallee
<b>Gebühr</b>	63,00 €



SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN

WERDE TEIL UNSERES TEAMS  
**KURSLEITUNGEN**  
**GESUCHT**

**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)

● **Frauen stärken - For women only (Kategorie 13)**

<b>Kurs 49</b>	<b>Aerobic für Frauen</b>
<b>Leitung</b>	Marijke Bornheim
<b>Beginn</b>	ab 12.01.2022, 13 x mittwochs von 18.00 bis 19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	45,50 €

<b>Kurs 50</b>	<b>Aerobic für Frauen</b>
<b>Leitung</b>	Marijke Bornheim
<b>Beginn</b>	ab 27.04.2022, 9 x mittwochs von 18.00 bis 19.30 Uhr
<b>Ort</b>	Goch, Seniorenzentrum, Gymnastikraum, Parkstr. 8
<b>Gebühr</b>	31,50 €



**Anmeldung:**  
Geschäftsstelle  
02831 92830-20  
[www.sbw-kleve.de](http://www.sbw-kleve.de)  
[sportbildungswerk@ksb-kleve.de](mailto:sportbildungswerk@ksb-kleve.de)



Finde heraus, was gut für dich ist!

SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN



*„Ich hätte nie  
gedacht, dass ich  
das noch kann!“*

Kursteilnehmer



Finde heraus, was gut für dich ist!

SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN



*„Ich freue mich  
jede Woche auf  
meinen Kurs!“*

Kursleiterin



Finde heraus, was gut für dich ist!

SPORTBILDUNGSWERK  
NORDRHEIN-WESTFALEN



*„Mich macht  
Sport glücklich!“*

Kursteilnehmerin

## Aus- und Fortbildungen

Auf den folgenden Seiten bekommen Sie einen Überblick über unsere das Jahr 2021.

Weitere und ausführliche Informationen dazu können Sie auf unseren Lehrgang 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 unserer Lehrgänge aus der Sportpraxis!

### Ausbildung 1. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE
20000	Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in	30
21100	Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	90
20001	Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in	30
21101	Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	90

### Ausbildung 2. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE
36000	ÜL*in-B REHA Der Einstieg in die Rehabilitationssportausbildung	15
36010	ÜL*in-B REHA Aufbaumodul Profil: Orthopädie	90
30000	Zertifikat Bewegungsförderung in Sportverein und Kita	60



Aus- und Fortbildungen (Vereinspraxis und Vereinsmanagement) für  
 rer Homepage [www.sbw-kleve.de](http://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

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
05./06.03. 19./20.03.	Geldern	Anna Heußen	120,00 € (240,00 €)
02./03.04. 30.04./01.05. 14./15.05. 21./22.05. 11./12.06.	Geldern	Anna Heußen	260,00 € (520,00 €)
27./28.08. 03./04.09.	Emmerich	Anna Heußen	120,00 € (240,00 €)
17./18.09. 24./25.09. 22./23.10. 29./30.10. 12./13.11.	Emmerich	Anna Heußen	260,00 € (520,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
25./26.06.	Geldern	Iris Müller, Katja McColl	90,00 € (180,00 €)
06./07.08. 20./21.08. 03./04.09. 17./18.09. 08./09.10.	Geldern	Iris Müller, Katja McColl	450,00 € (900,00 €)
15./16.01. 22./23.01. 29.01. 05./06.02. 19./20.02.	Geldern	Christa Unland	299,00 € (599,00 €)

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

**Fortbildungen 1. Lizenzstufe**

<b>Nr.</b>	<b>Thema</b>	<b>LE</b>
22500	Body & Mind Balance – achtsam bewegen, den Körper bewusst wahrnehmen und entspannen	15
22501	Pilates Elements	15
22100	Schneeball Flocke	8
22700	ONLINE - Wirbelsäulengymnastik - der Klassiker neu verpackt	8
22701	Einsatz von Entspannungstechniken im Breitensport	8
22702	Functional Training - Kompetenzerweiterung	8
22703	Koordination und Gedächtnistraining - ein starkes Team	8
22502	Outdoortraining - Ideensammlungen für eine abwechslungsreiche Outdoorstunde	15
22704	Regenerationsmanagement - Die Schlüsselkomponente	8
22503	TRX-und Outdoortraining	15
22504	Pilates Elements	15
22505	TaiChi	15
22705	Zirkeltraining - alles andere als Oldschool. Ideen für einen abwechslungsreichen Zirkel	8
22507	In der Ruhe liegt die Kraft - Stressbewältigung und Entspannung	15
22706	Achtsamkeit und Meditation	8
22508	Faszientraining & Mobility im Hobby-, Breiten- und Leistungssport	15
22506	Kinderturnen inklusiv	15

<b>Datum</b>	<b>Ort</b>	<b>Leitung</b>	<b>Gebühr</b>
12./13.03.	Emmerich	Vera Heimann	65,00 € (130,00 €)
19./20.03	Geldern	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
26.03.	Emmerich	Alex Schmitz	40,00 € (80,00 €)
29.03, 02.04	ZOOM	Steffi Heuvels	40,00 € (80,00 €)
09.04.	Geldern	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
23.04.	Geldern	Katharina Behrendt	40,00 € (80,00 €)
07.05.	Emmerich	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
11./12.06.	Straelen	Steffi Heuvels	65,00 € (130,00 €)
13.08.	Geldern	Katharina Behrendt	40,00 € (80,00 €)
20./21.08.	Kleve	Michael Nienhuysen / Klaudia Privik	65,00 € (130,00 €)
22./23.10.	Geldern	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
29./30.10.	Kalkar	Silvia Thon	65,00 € (130,00 €)
05.11.	Straelen	Steffi Heuvels	40,00 € (80,00 €)
26./27.11.	Emmerich	Gabi Wagener	65,00 € (130,00 €)
03.12.	Geldern	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
03./04.12.	Emmerich	Vera Heimann	65,00 € (130,00 €)
12./13.11	Geldern	Iris Küßner	65,00 € (130,00 €)

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

## Aus- und Fortbildungen

### Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Reha)

Nr.	Thema	LE
36770	Attraktives Koordinations- und Gehirntraining (profilübergreifend)	15
36500	Rundum Rückenfit 360° - funktionell, dreidimensional, ganzheitlich (Orthopädie)	15
36501	Stabil und Beweglich (übergreifend (Orthopädie))	15
36720	Alltagsbewegungen fördern und stabilisieren (profilübergreifend)	15

### Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Kinder)

Nr.	Thema	LE
31000	Auffällige Kinder	15
31003	Stress und Entspannung für Kinder	15
31102	Wahrnehmung und mehr	8
31101	ONLINE: Alles eine Frage der Spannung	8
31001	Einführung in die Psychomotorik	15
31002	Fit für die Schule	15
31100	Kinder stark machen	8

### Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Prävention)

Nr.	Thema	LE
35200	Der Körper in Balance - Propriozeptives Training	15
35201	Die Kraft der inneren Stärke - Aspekte des Resilienztrainings	15

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
09./10.04.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
15./16.10.	Geldern	Vera Heimann	85,00 € (170,00 €)
22./23.10.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
24./25.09.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
26.27./03.	Geldern	Jutta Cordes	85,00 € (170,00 €)
19./20.11.	Geldern	Jutta Cordes	85,00 € (170,00 €)
05.11.	Geldern	Svenja Matthiesen	45,00 € (90,00 €)
11.06.	Geldern	Svenja Matthiesen	45,00 € (90,00 €)
18./19.06.	Emmerich	Maja Hoffmann	85,00 € (170,00 €)
10./11.09.	Geldern	Maja Hoffmann	85,00 € (170,00 €)
30.04.	Emmerich	Anke Saure	45,00 € (90,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
07./08.05.	Geldern	Iris Schulte	85,00 € (170,00 €)
19./20.11.	Emmerich	Iris Schulte	85,00 € (170,00 €)

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

## Aus- und Fortbildungen

### Angebote in Kooperation mit dem Leichtathletikverband NRW

<b>Nr.</b>	<b>Thema</b>	<b>LE</b>
97300	Laufbetreuerbildungen - Basis I	15
97301	Laufbetreuerbildungen - Basis II	15
97302	C-Trainer-Fortbildung "Sprint"	8

### Lehrtrainer

<b>Nr.</b>	<b>Thema</b>	<b>LE</b>
76401	YogaFitness - Yin-Yoga up date	10
76508	Dance Aerobic	5
76509	Dance Aerobic	5
76400	ONLINE: Ernährung I - Sport-Ernährung	10

### Angebote der Sportjugend im KSB Kleve e.V.

<b>Nr.</b>	<b>Thema</b>	<b>LE</b>
11040	Sporthelfer*in I und II	60
21050	Übungsleiter*in-C Breitensport Aufbau- modul Kinder und Jugendliche (Blended Learning)	90
11020	Sporthelfer*in II	30

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
26.03./27.03.	Geldern	Leichtathletikverband Nordrhein	120,00 €
15.10/16.10	Geldern	Leichtathletikverband Nordrhein	120,00 €
03.12.	Geldern	Roy Sip	75,00 €

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
26.11.	Geldern	Katrin Liebig	65,00 € (90,00 €)
15.05.	Geldern	Mara Zippel	45,00 € (70,00 €)
19.11.	Geldern	Mara Zippel	45,00 € (70,00 €)
22.10. 29.10.	online	Sonja Langer	95,00 € (145,00 €)

**Sportjugend**  
KreisSportBund Kleve e.V.



Datum	Ort	Leitung	Gebühr
19.04.-24.04.	Hinsbeck	Dominik Steiner	220,00 €
10.10.-20.11.	Geldern/ Hinsbeck	Marit Giesbers	280,00 €
25.-27.06	Hinsbeck	Dominik Steiner	90,00 €

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

### **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.

<b>Nr.</b>	<b>Thema</b>	<b>LE</b>
46418	Ehrenamtsmanager*in - Aufbau- modul inkl. Blending Learning (7 LE)	15
45330	Steuern, Gemeinnützigkeit und Spenden im Sportverein	4
45440	Sportversicherung und VBG	4
45460	Rechts- und Versicherungsfragen für Jugendbetreuer*innen und Übungsleiter*innen	4
45310	Bezahlte Mitarbeit im Sportverein	4

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

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





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

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
12.11.	Geldern	Klaudia Arlt, Heike von Parzotka-Lipinski	kostenlos
07.03.	online	Ronnie Goertz	20,00 € (40,00 €)
20.06.	online	Ronnie Goertz	20,00 € (40,00 €)
05.09.	online	Ronnie Goertz	20,00 € (40,00 €)
28.11.	online	Ronnie Goertz	20,00 € (40,00 €)

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.





# 2022

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

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

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

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

Karfreitag 15.4., Ostern 17.4./18.4., Tag der Arbeit 1.5.,  
Christi Himmelfahrt 26.5., Pfingsten 6.6., Fronleichnam 16.6.,  
Tag der Deutschen Einheit 3.10., Allerheiligen 1.11., Weihnachten 25./26.12.

## Schulferien 2022 in NRW

	Erster Ferientag		Letzter Ferientag
Weihnachten	24.12.2021	-	08.01.2022
Ostern	11.04.2022	-	23.04.2022
Sommer	27.06.2022	-	09.08.2022
Herbst	04.10.2022	-	15.10.2022
Weihnachten	23.12.2022	-	06.01.2023

Finde heraus, was gut für dich ist!





**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**