



Sportreisen • Sportkurse • Aus- und Fortbildungen • Rehasport

Sportbildungsplan 1. Halbjahr 2023



Finde heraus,
was gut für dich ist!



SPORTBILDUNGSWERK
NORDRHEIN-WESTFALEN



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

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

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 sowie auf der Internetseite unter den o.a. Kontaktdaten anmelden.

Inhalt ●

Sportreisen	5
Gesundheit mit Kopf und Körper lernen (Kategorie 1)	11
Aktiv Berufs- und Arbeitsplatzbelastungen ausgleichen (Kategorie 2)	15
Keine Frage des Alter(n)s: leben und lernen mit Sport (Kategorie 3)	18
Bewegungserleben für sich verwerten - das ICH stärken (Kategorie 5)	21
Sport und Erlebnissräume für die „Familienbande“ - unsere moderne Eltern- und Familienbildung (Kategorie 6)	22
Kompetenz in Sport- und Fitnesstrends - bei uns ... (Kategorie 9)	24
Sportspiele spielend lernen (Kategorie 10)	34
Frauen stärken - For women only (Kategorie 13)	36
Bewegung und Sport als Hilfe bei speziellen Krankheitsbildern (Kategorie 14)	37
Aus- und Fortbildungen	42

SPORTREISEN

MIT DEM SPORTBILDUNGSWERK



www.sbw-sportreisen.de

Kurs 001	Vom Hotel direkt auf die Piste - Skiurlaub in Meransen auf 1.414 m
Leitung	Heinz-Willi Pelzer
Termin	25.02.-04.03.2023
Ort	Meransen, Südtirol, Italien
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie
Gebühr	Doppelzimmer: 879,00 € Einzelzimmer: 929,00 € DZ als EZ: 1.029,00 € Skipass: 296,00 € (Ermäßigung für Junioren und Senioren)
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	7 Übernachtungen mit HP im ***Hotel Alpen- frieden, 6mal Ski-Technikschulung (kein An- fängerkurs), Reiseleitung, Versicherung
Ausrüstung	kann vor Ort gegen Gebühr geliehen werden
Anforderungen	Kurslevel blau/rot und rot/schwarz

Sportreisen - Wandertour ●

Kurs 005	Wandern zur Mandelblüte auf Mallorca
Leitung	Gerlinde Freitag
Termin	24.02.-03.03.2023
Ort	Cala Ratjada, Mallorca, Spanien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Gebühr	Doppelzimmer: 889,00 € Einzelzimmer: 909,00 € DZ als EZ: 959,00€
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	Flug an/ab Düsseldorf/Palma, 20kg Freige- päck, Transfer Flughafen-Hotel/Wanderge- biet, 7 Übernachtungen mit HP im ****Hotel Bella Playa, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Reiseleitung, Versicherung
Ausrüstung	Wanderschuhe, Wanderkleidung
Anforderungen	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfrei- heit

Anmeldung:

Geschäftsstelle

02831 92830-20

www.sbw-kleve.de

sportbildungswerk@ksb-kleve.de

Kurs 002	Wandern in Mallorcas Norden
Leitung	Gerlinde Freitag
Termin	03.-10.03.2023
Ort	Puerto Soller, Mallorca, Spanien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Gebühr	Doppelzimmer: 899,00 € Einzelzimmer: 1.015,00 € DZ als EZ: 1.040,00 €
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

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

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

Kurs 003	Radfahren in Andalusien
Leitung	Gerd Bloemen
Termin	15.-22.03.2023
Ort	Chiclana de la Frontera, Andalusien, Spanien
Anreise / Treffpunkt	Flug ab Düsseldorf
Gebühr	Doppelzimmer: 945,00 € DZ als EZ: 1.025,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	Flug an/ab Düsseldorf/Jerez, 20kg Freige- päck, Transfer Flughafen-Hotel, 7 Übernach- tungen mit HP im ****Hotel Hipotels Barrosa Park, Radtouren (3 Tage mit Rennrad, ca. 40- 120 km und 3 Tage mit E-Bike, ca. 30-70 km), Reiseleitung, Versicherung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition

Kurs 007	Sardiniens Ostküste (von Olbia bis Cagliari) mit dem E-Bike entdecken
Leitung	Jürgen Driever
Termin	26.05.-02.06.2023
Ort	Sardiniens Osten
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie
Gebühr	Doppelzimmer: 1.299,00 € Einzelzimmer: 1.499,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	7 Übernachtungen in fünf ****Hotels, 5mal Halbpension + 2mal Frühstück, E-Bike, Transfer Flughafen/Hotel, 6 geführte Rad- touren (ca. 50-80 km mit Begleitfahrzeug), Reiseleitung, Versicherung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition
Bemerkung	Der Flug ist nicht inkludiert und wird durch die Teilnehmer in Eigenregie gebucht.

Leistungen	Flug an/ab Düsseldorf/Palma, 23kg Frei- gepäck, Transfer Flughafen-Hotel/Wander- gebiet, 7 Übernachtungen mit HP im Hotel Eden Nord, Wanderungen (5 Tage, jeweils 4-6 Stunden), Rail & Fly, Reiseleitung, Versi- cherung
Ausrüstung	Wanderschuhe, Wanderkleidung
Anforderungen	gute Kondition, Trittsicherheit, Schwindelfrei- heit

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	Genauere Preise hängen von der Auswahl des Zimmers ab. Der Flug ist nicht inkludiert und wird durch die Teilnehmer in Eigenregie gebucht.

Kurs 008	Die Panorama-Tour - durch das südliche Ruhrgebiet, Bergische Land, Wuppertal, Ruhrtal
Leitung	Siggi Blum
Termin	29.-30.04.2023
Ort	Start/Ziel: Parkplatz am Wasserbahnhof, Alte Schleuse 1, 45468 Mülheim/Ruhr
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie bis 10.00 Uhr
Gebühr	Doppelzimmer: 119,00 € Einzelzimmer: 139,00 €
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

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

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 010

Der Weser-Radweg

Leitung	Gerd Bloemen
Termin	04.-06.05.2023
Ort	Hameln
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie
Gebühr	Doppelzimmer: 189,00 € Einzelzimmer: 289,00 € Parkgebühr: 9,50 € / Tag
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	geführt Radtour (ca. 60 - 65 km), Versicherung
Ausrüstung	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung (Ausleihe vor Ort möglich), wetterfeste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpflegung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entsprechende Kondition



Kurs 011	Rhein-Tour Xanten und Umgebung
Leitung	Gerd Bloemen
Termin	22.04.2023
Ort	Xanten
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie bis 10.00 Uhr am HBf Xanten
Gebühr	9,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	geführte Radtour (ca. 50 - 60 km), Versicherung
Ausrüstung	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung, wetter- feste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpfle- gung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition

Kurs 012	Maas-Tour
Leitung	Gerd Bloemen
Termin	29.04.2023
Ort	Geldern und Umgebung
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie bis 10.00 Uhr, Dein Sporthaus
Gebühr	9,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	geführte Radtour (ca. 50 - 60 km), Versicherung
Ausrüstung	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung, wetter- feste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpfle- gung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition

Kurs 013	Spargel-Tour
Leitung	Gerd Bloemen
Termin	07.05.2023
Ort	Geldern und Umgebung
Anreise / Treffpunkt	in Eigenregie bis 10.00 Uhr, Dein Sporthaus
Gebühr	9,00 €
Mindestteilnehmerzahl	10
Leistungen	geführte Radtour (ca. 50 - 60 km), Versicherung
Ausrüstung	eigenes Fahrrad samt Ausrüstung, wetter- feste Radler-Kleidung, ggf. Rucksackverpfle- gung
Anforderungen	Spaß am Radfahren, Radsicherheit, entspre- chende Kondition

Kurs 47 Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Anfänger

Leitung	Bernhard Aymanns
Beginn	ab 15.04.2023, 5 x samstags von 11.45 bis 13.15 Uhr
Ort	Geldern, Freibad Walbeck
Gebühr	30,00 €
Bemerkung	Nordic-Walking Stöcke können beim Kursleiter geliehen werden.

Kurs 48 Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Teilnehmer mit Erfahrung

Leitung	Bernhard Aymanns
Beginn	ab 21.01.2023, 11 x samstags von 13.30 bis 14.30 Uhr
Ort	Geldern, Freibad Walbeck
Gebühr	44,00 €

Kurs 49 Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Teilnehmer mit Erfahrung

Leitung	Bernhard Aymanns
Beginn	ab 22.04.2023, 9 x samstags von 13.30 bis 14.30 Uhr
Ort	Geldern, Freibad Walbeck
Gebühr	36,00 €

Kurs 50 Hatha Yoga - achtsam, bewusst, kraftvoll

Leitung	Janine Hussmann
Beginn	ab 19.01.2023, 10 x donnerstags von 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	60,00 €

Kurs 51 Hatha Yoga - achtsam, bewusst, kraftvoll

Leitung	Janine Hussmann
Beginn	ab 20.04.2023, 5 x donnerstags von 19.30 bis 21.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	30,00 €

Kurs 52 Langsam länger laufen - Joggingkurs für Einsteiger und Fortgeschrittene

Leitung	Jürgen Elser
Beginn	ab 01.01.2023, 26 x sonntags von 10.00 bis 10.45 Uhr
Ort	Geldern, Treffpunkt: Veert, Voerdenweg, Kanalbrücke
Gebühr	26,00 €

Anmeldung:

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

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

Kurs 54 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung Ulla Reynders
Beginn ab 09.01.2023, 10 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 90,00 €

Kurs 55 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung N N
Beginn ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 99,00 €

Kurs 56 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung N N
Beginn ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 99,00 €

Kurs 57 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung N N
Beginn ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr 99,00 €



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

Kurs 58	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 11.01.2023, 12 x mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	108,00 €

Kurs 59	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	Stefanie Fritzen-Vos
Beginn	ab 13.01.2023, 12 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	108,00 €

Kurs 60	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	Stefanie Fritzen-Vos
Beginn	ab 13.01.2023, 12 x freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	108,00 €

Kurs 61	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	Ulla Reynders
Beginn	ab 17.04.2023, 7 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	63,00 €

Kurs 62	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 18.04.2023, 9 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	81,00 €

Kurs 63	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 18.04.2023, 9 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	81,00 €

Kurs 64	Aquafitness für Damen und Herren
Leitung	N N
Beginn	ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	90,00 €

Gesundheit mit Kopf und Körper lernen (Kategorie 1)

Kurs 65 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung	Stefanie Fritzen-Vos
Beginn	ab 21.04.2023, 8 x freitags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	72,00 €

Kurs 66 Aquafitness für Damen und Herren

Leitung	Stefanie Fritzen-Vos
Beginn	ab 21.04.2023, 8 x freitags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Hallenbad Kevelaer
Gebühr	72,00 €

Kurs 67 Fit am Morgen

Leitung	Annegret Grootens
Beginn	ab 10.01.2023, 18 x dienstags von 08.30 bis 09.30 Uhr
Ort	Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr	90,00 €

Kurs 68 Gesund und Fit

Leitung	Sylvia Hermens
Beginn	ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 18.15 bis 19.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	44,00 €

Kurs 69 Gesund und Fit

Leitung	Sylvia Hermens
Beginn	ab 18.04.2023, 8 x dienstags von 18.15 bis 19.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	32,00 €

Kurs 70 Gesundheitsförderung durch Nordic-Walking für Teilnehmer mit Erfahrung

Leitung	Ekkehart Friedrich
Beginn	ab 31.01.2023, 15 x dienstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Straelen, Bauernhof-Cafe Jacobs/Jaegersrust, Grenzweg
Gebühr	60,00 €

Kurs 222 Meine kleine Auszeit in Geldern

Leitung	Züleyha Blanck
Beginn	29.01.2023, 1 x sonntags von 10.00 bis 14.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	19,00 €

Aktiv Berufs- und Arbeitsplatzbelastungen ausgleichen (Kategorie 2)

Kurs 71 Funktionelles Rückentraining

Leitung	Züleyha Blanck
Beginn	ab 17.01.2023, 20 x dienstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	80,00 €

Kurs 72 Rückenfitness

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 18.01.2023, 9 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Sporthalle Pont
Gebühr	36,00 €
Bemerkung	Bitte Stoppersocken Iso-Matte evtl. ein kleines Kissen und ein Handtuch mitbringen. Dieser Kurs ersetzt keine krankengymnastische Therapie.

Kurs 195 Rückenfitness

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Geldern, Sporthalle Pont
Gebühr	40,00 €
Bemerkung	Bitte Stoppersocken Iso-Matte evtl. ein kleines Kissen und ein Handtuch mitbringen. Dieser Kurs ersetzt keine krankengymnastische Therapie.

Kurs 73 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Nathalie Tebarth
Beginn	ab 04.01.2023, 12 x mittwochs von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	48,00 €

Kurs 74 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Nathalie Tebarth
Beginn	ab 04.01.2023, 12 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	48,00 €

Kurs 75 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 13.01.2023, 12 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	48,00 €
Bemerkung	Bitte Stoppersocken Iso-Matte evtl. ein kleines Kissen und ein Handtuch mitbringen. Dieser Kurs ersetzt keine krankengymnastische Therapie.

Anmeldung:

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

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

Kurs 76 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 13.01.2023, 12 x freitags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	48,00 €
Bemerkung	Bitte Stoppersocken, IsoMatte evtl. ein kleines Kissen und ein Handtuch mitbringen. Dieser Kurs ersetzt keine krankengymnastische Therapie.

Kurs 77 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Nathalie Tebarth
Beginn	ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	40,00 €

Kurs 78 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Nathalie Tebarth
Beginn	ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	40,00 €

Kurs 79 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 21.04.2023, 9 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	36,00 €

Kurs 80 Wirbelsäulengymnastik - Eine gute Stunde für den Rücken

Leitung	Elisabeth Niel
Beginn	ab 21.04.2023, 9 x freitags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	36,00 €

Kurs 81 Rückenfitness

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 12.01.2023, 11 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	44,00 €

Kurs 82 Rückenfitness

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 20.04.2023, 6 x donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	24,00 €



Füreinander. Miteinander.



sparkasse-krefeld.de

Jetzt clever sein und kontaktlos bezahlen.

Mit Karte oder Smartphone –
einfach, sicher und hygienisch.

Gemeinsam
an
allem
gewachsen

 Sparkasse
Krefeld

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

Kurs 83	Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) Frauen
Leitung	Frau Beeker
Beginn	ab 09.01.2023, 10 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	40,00 €

Kurs 84	Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) Frauen
Leitung	Frau Beeker
Beginn	ab 17.04.2023, 7 x montags von 11.00 bis 12.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	28,00 €

Kurs 85	Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) für Männer und Frauen
Leitung	Frau Beeker
Beginn	ab 09.01.2023, 10 x montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	40,00 €

Kurs 86	Gesund und Fit sein im Alter (55 plus) für Männer und Frauen
Leitung	Frau Beeker
Beginn	ab 17.04.2023, 7 x montags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	28,00 €

Kurs 87	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Regina Steiner
Beginn	ab 09.01.2023, 22 x montags von 13.45 bis 14.30 Uhr
Ort	Geldern, Adelheidhaus Geldern

Kurs 88	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Regina Steiner
Beginn	ab 09.01.2023, 22 x montags von 14.45 bis 15.30 Uhr
Ort	Geldern, Adelheidhaus Geldern



WERDE TEIL UNSERES TEAMS
**KURSLEITUNGEN
GESUCHT**

Kurs 89 **Hochaltrig und in Bewegung**
Leitung Angela Elser
Beginn ab 10.01.2023, 14 x dienstags von 10.30 bis 11.30 Uhr
Ort Geldern, Adelheidhaus Geldern

Kurs 90 **Hochaltrig und in Bewegung**
Leitung Angela Elser
Beginn ab 18.04.2023, 11 x dienstags von 10.30 bis 11.30 Uhr
Ort Geldern, Adelheidhaus Geldern

Kurs 91 **Kraft- und Konditionstraining mit und ohne Geräte 50+**
Leitung Jürgen Elser
Beginn ab 11.01.2023, 12 x mittwochs von 18.15 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Martini-Schule Veert
Gebühr 72,00 €

Kurs 92 **Kraft- und Konditionstraining mit und ohne Geräte 50+**
Leitung Jürgen Elser
Beginn ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 18.15 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Martini-Schule Veert
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 93	Pilates 50+ (für Einsteiger und Fortgeschrittene)
Leitung	Silke Kallweit
Beginn	ab 12.01.2023, 17 x donnerstags von 09.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	68,00 €

Kurs 94	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Regina Steiner
Beginn	ab 10.01.2023, 22 x dienstags von 14.00 bis 15.00 Uhr
Ort	Kerken, Elisabeth-Stift

Kurs 95	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Angela Elser
Beginn	ab 11.01.2023, 14 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort	Kerken, Elisabeth-Stift

Kurs 96	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Angela Elser
Beginn	ab 19.04.2023, 11 x mittwochs von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort	Kerken, Elisabeth-Stift

Kurs 97	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Angela Elser
Beginn	ab 11.01.2023, 14 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Kevelaer, St. Josefstift Wetten

Kurs 98	Hochaltrig und in Bewegung
Leitung	Angela Elser
Beginn	ab 19.04.2023, 11 x mittwochs von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Kevelaer, St. Josefstift Wetten

Bewegungserleben für sich verwerten - das ICH stärken (Kategorie 5)

Kurs 99 Sport und Spaß für Menschen mit Handicap

Leitung Caroline Woznicki

Beginn ab 13.01.2023, 12 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr

Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Gebühr 48,00 €

Kurs 100 Sport und Spaß für Menschen mit Handicap

Leitung Caroline Woznicki

Beginn ab 21.04.2023, 9 x freitags von 17.30 bis 18.30 Uhr

Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

Gebühr 36,00 €



SPORTBILDUNGSWERK
NORDRHEIN-WESTFALEN

WERDE TEIL UNSERES TEAMS
KURSLEITUNGEN
GESUCHT

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

Kurs 101 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 13.01.2023, 12 x freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 € (72,00 € für zwei Kinder)

Kurs 102 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 21.04.2023, 9 x freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 36,00 € (54,00 € für zwei Kinder)

Kurs 103 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Lydia Merta
Beginn ab 09.01.2023, 10 x montags von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Kervenheim
Gebühr 40,00 € (60,00 € für zwei Kinder)

Kurs 104 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Lydia Merta
Beginn ab 09.01.2023, 10 x montags von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Kervenheim
Gebühr 40,00 € (60,00 € für zwei Kinder)

Kurs 105 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Lydia Merta
Beginn ab 17.04.2023, 7 x montags von 15.00 bis 16.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Kervenheim
Gebühr 28,00 € (42,00 € für zwei Kinder)

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

Kurs 106 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Lydia Merta
Beginn ab 17.04.2023, 7 x montags von 16.00 bis 17.00 Uhr
Ort Kevelaer, Sporthalle Kervenheim
Gebühr 28,00 € (42,00 € für zwei Kinder)

Kurs 107 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 12.01.2023, 11 x donnerstags von 14.30 bis 15.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 44,00 € (64,00 € für zwei Kinder)

Kurs 108 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 12.01.2023, 11 x donnerstags von 15.30 bis 16.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 44,00 € (64,00 € für zwei Kinder)

Kurs 109 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 20.04.2023, 7 x donnerstags von 13.30 bis 14.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 28,00 € (42,00 € für zwei Kinder)

Kurs 110 **Bewegungs- und Entwicklungsförderung mit Spiel und Sport für Mutter/Vater mit Kindern von 1,5 bis 3 Jahre**

Leitung Caroline Woznicki
Beginn ab 20.04.2023, 7 x donnerstags von 14.30 bis 15.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle II, Grundschule Straelen
Gebühr 28,00 € (42,00 € für zwei Kinder)

Anmeldung:

Geschäftsstelle

02831 92830-20

www.sbw-kleve.de

sportbildungswerk@ksb-kleve.de

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

Kurs 111 Ashtanga-Yoga für Jedermann

Leitung Elke Cürvers
Beginn ab 11.01.2023, 18 x mittwochs von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 72,00 €

Kurs 112 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung Melanie Frantzki
Beginn ab 11.01.2023, 22 x mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 88,00 €

Kurs 113 Body- und Rückenfit

Leitung Conny
Beginn ab 09.01.2023, 17 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 68,00 €

Kurs 114 Bodyfit - Ganzkörpertraining

Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 17.01.2023, 20 x dienstags von 17.30 bis 18.15 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 80,00 €

Kurs 115 Bodyfit - Ganzkörpertraining

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 09.01.2023, 11 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 44,00 €

Kurs 116 Bodyfit - Ganzkörpertraining

Leitung Maïke van Koeverden
Beginn ab 11.01.2023, 12 x mittwochs von 19.00 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

Kurs 117 Bodyfit - Ganzkörpertraining

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 17.04.2023, 6 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 24,00 €

Kurs 118 Bodyfit - Ganzkörpertraining

Leitung Maike van Koeverden
Beginn ab 19.04.2023, 10 x mittwochs von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 40,00 €

Kurs 119 Faszien-Yoga

Leitung Petra Haase
Beginn ab 09.01.2023, 12 x montags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 48,00 €

Kurs 196 Faszien-Yoga

Leitung Petra Haase
Beginn ab 17.04.2023, 6 x montags von 17.00 bis 18.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 24,00 €

Kurs 120 FaszienFit ins Wochenende

Leitung Petra Haase
Beginn ab 20.01.2023, 11 x freitags von 16.30 bis 17.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 44,00 €

Kurs 121 FaszienFit ins Wochenende

Leitung Petra Haase
Beginn ab 21.04.2023, 7 x freitags von 16.30 bis 17.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 28,00 €



#Laufiebe
AOK Rheinland/Hamburg

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.



Kurs 122 Fitnesscocktail

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 10.01.2023, 12 x dienstags von 08.00 bis 09.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 48,00 €

Kurs 123 Fitnesscocktail

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 18.04.2023, 8 x dienstags von 08.00 bis 09.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 124 Functional-/Core-Fitnessmix mit und ohne Geräte

Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 17.01.2023, 20 x dienstags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 80,00 €

Kurs 125 Hulla meets Fitness

Leitung Tamara Matenaer
Beginn ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 44,00 €

Kurs 126 Hulla meets Fitness

Leitung Tamara Matenaer
Beginn ab 18.04.2023, 10 x dienstags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 40,00 €

Kurs 127 Kraft- und Ausdauersport

Leitung Sabine Anhuf
Beginn ab 12.01.2023, 17 x donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 68,00 €

Anmeldung:

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

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

Kurs 128 Linedance für Einsteiger mit Vorkenntnissen

Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 09.01.2023, 12 x montags von 18.30 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 72,00 €

Kurs 129 Linedance für Einsteiger mit Vorkenntnissen

Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 17.04.2023, 8 x montags von 18.30 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 €

Kurs 130 Linedance für Fortgeschrittene

Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 09.01.2023, 12 x montags von 17.00 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 72,00 €

Kurs 131 Linedance für Fortgeschrittene

Leitung Paulo Gomes
Beginn ab 17.04.2023, 8 x montags von 17.00 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 €

Kurs 132 Morning Yoga

Leitung Petra Haase
Beginn ab 10.01.2023, 12 x dienstags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 48,00 €

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

SPORTBILDUNGSWERK
NORDRHEIN-WESTFALEN



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

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

Kurs 133 Morning Yoga

Leitung Petra Haase
Beginn ab 18.04.2023, 7 x dienstags von 09.30 bis 10.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 28,00 €

Kurs 134 Pilates (für Einsteiger und Fortgeschrittene)

Leitung Silke Kallweit
Beginn ab 12.01.2023, 17 x donnerstags von 08.00 bis 09.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 68,00 €

Kurs 135 Pilates (für Einsteiger und Fortgeschrittene)

Leitung Züleyha Blanck
Beginn ab 19.01.2023, 18 x donnerstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 72,00 €



Kurs 136 Piloxing®

Leitung Aloima Galan Castillo
Beginn ab 10.01.2023, 12 x dienstags von 18.45 bis 19.45 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr 48,00 €

Kurs 137 Piloxing®

Leitung Aloima Galan Castillo
Beginn ab 18.04.2023, 9 x dienstags von 18.45 bis 19.45 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 138	Yoga-Fitness für Fortgeschrittene
Leitung	Brigitte Donner
Beginn	ab 11.01.2023, 10 x mittwochs von 08.30 bis 10.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	60,00 €

Kurs 139	Yoga-Fitness für Fortgeschrittene
Leitung	Brigitte Donner
Beginn	ab 19.04.2023, 8 x mittwochs von 08.00 bis 10.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	0,00 €



Kurs 140	ZUMBA® Fitness
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 09.01.2023, 11 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	44,00 €

Kurs 141	ZUMBA® Fitness
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 17.04.2023, 8 x montags von 20.00 bis 21.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr	32,00 €



Kurs 142	ZUMBA® Gold
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 10.01.2023, 12 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	48,00 €

Kurs 143	ZUMBA® Gold
Leitung	Aloima Galan Castillo
Beginn	ab 18.04.2023, 9 x dienstags von 17.30 bis 18.30 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	36,00 €

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

Kurs 144 Ashtanga-Yoga für Jedermann

Leitung	Elke Cürvers
Beginn	ab 09.01.2023, 16 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr	80,00 €

Kurs 145 Ashtanga-Yoga für Jedermann

Leitung	Elke Cürvers
Beginn	ab 09.01.2023, 16 x montags von 20.15 bis 21.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk
Gebühr	80,00 €

Kurs 146 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 10.01.2023, 10 x dienstags von 19.15 bis 20.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	40,00 €

Kurs 190 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 10.01.2023, 10 x dienstags von 20.15 bis 21.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	40,00 €

Kurs 191 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 18.04.2023, 8 x dienstags von 19.15 bis 20.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	32,00 €

Kurs 192 Bauch-Oberschenkel-Po (BOP)

Leitung	Miriam Brasseler
Beginn	ab 18.04.2023, 8 x dienstags von 20.15 bis 21.15 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	32,00 €

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

Kurs 194 Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik

Leitung	Jürgen Driever
Beginn	ab 12.01.2023, 10 x donnerstags von 10.00 bis 11.00 Uhr
Ort	Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2
Gebühr	100,00 €
Bemerkung	Für Einsteiger und Personen mit Vorerfahrung. Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten in der Regel 80% der Kurskosten.



Kurs 147 Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik

Leitung	Jürgen Driever
Beginn	ab 11.01.2023, 10 x mittwochs von 17.30 bis 18.30 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 148 Qigong - (für Einsteiger und Fortgeschrittene) - Entspannungstraining durch asiatische Entspannungstechnik

Leitung	Jürgen Driever
Beginn	ab 11.01.2023, 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 149 Tai Chi Chuan Wu-Stil nach Ma Jiangbao

Leitung	Helga Felgentreu
Beginn	ab 12.01.2023, 19 x donnerstags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort	Kevelaer, Sporthalle St. Antoniusgrundschule
Gebühr	76,00 €

Kurs 150 Outdoor-Fitness am Oermterberg

Leitung	Conny
Beginn	ab 26.06.2023, 6 x montags von 18.00 bis 19.30 Uhr
Ort	Rheurdt, Oermterberg - Parkplatz Haus Oermterberg
Gebühr	36,00 €
Bemerkung	Bitte Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.

● Sportspiele spielend lernen (Kategorie 10)

Kurs 151	Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene
Leitung	Hermann Bornheim
Beginn	ab 10.01.2023, 22 x dienstags von 18.00 bis 20.15 Uhr
Ort	Geldern, Lise-Meitner-Gymnasium (Gymnastikhalle)
Gebühr	132,00 €

Kurs 152	Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene
Leitung	Stefan Verhoeven
Beginn	ab 09.01.2023, 19 x montags von 19.00 bis 20.30 Uhr
Ort	Geldern, Sporthalle Am Bollwerk, Hallenteil 1
Gebühr	99,00 €

Kurs 153	Badminton für Einsteiger und Fortgeschrittene
Leitung	Stefan Verhoeven
Beginn	ab 09.01.2023, 19 x montags von 20.30 bis 22.00 Uhr
Ort	Geldern, Sporthalle Am Bollwerk, Hallenteil 1
Gebühr	99,00 €

Kurs 193	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Heiner Lettmann
Beginn	ab 10.01.2023, 11 x dienstags von 09.30 bis 11.00 Uhr
Ort	Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr	121,00 €

Kurs 154	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Heiner Lettmann
Beginn	ab 14.01.2023, 11 x samstags von 09.00 bis 10.30 Uhr
Ort	Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr	121,00 €



WERDE TEIL UNSERES TEAMS
**KURSLEITUNGEN
GESUCHT**

Kurs 155	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Heiner Lettmann
Beginn	ab 14.01.2023, 11 x samstags von 10.30 bis 12.00 Uhr
Ort	Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr	121,00 €

Kurs 156	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Werner Nitsche
Beginn	ab 14.01.2023, 11 x samstags von 12.00 bis 13.30 Uhr
Ort	Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr	121,00 €

Kurs 157	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Werner Nitsche
Beginn	ab 14.01.2023, 11 x samstags von 13.30 bis 15.00 Uhr
Ort	Geldern, Tennishalle Gerhart-Hauptmann-Str.
Gebühr	121,00 €

Kurs 158	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Werner Nitsche
Beginn	ab 14.01.2023, 9 x samstags von 08.30 bis 10.00 Uhr
Ort	Issum, SportPark, Kotherdyck 16
Gebühr	99,00 €

Kurs 159	Tennis für Einsteiger und Fortgeschrittene (Gruppenunterricht)
Leitung	Werner Nitsche
Beginn	ab 14.01.2023, 9 x samstags von 10.00 bis 11.30 Uhr
Ort	Issum, SportPark, Kotherdyck 16
Gebühr	99,00 €



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

● Frauen stärken - For women only (Kategorie 13)

Kurs 160 **Figurtraining für Frauen**

Leitung Melanie Frantzki
Beginn ab 09.01.2023, 20 x montags von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort Geldern, Sporthalle Friedrich-Spee-Gymnasium
Gebühr 80,00 €
Bemerkung Bitte eine eigene Yogamatte mitbringen.

Kurs 161 **Frauenfit**

Leitung Petra Hoeken
Beginn ab 09.01.2023, 10 x montags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 40,00 €

Kurs 162 **Frauenfit**

Leitung Melanie Frantzki
Beginn ab 12.01.2023, 17 x donnerstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 68,00 €

Kurs 163 **Frauenfit**

Leitung Petra Hoeken
Beginn ab 17.04.2023, 8 x montags von 18.00 bis 19.00 Uhr
Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1
Gebühr 32,00 €

Kurs 164 **Fit for Fun - sanftes Ausdauertraining trifft auf Rückenfitness für jedermann**

Leitung Sandra Strotmann
Beginn ab 12.01.2023, 18 x donnerstags von 19.30 bis 20.30 Uhr
Ort Straelen, Sporthalle Herongen
Gebühr 72,00 €



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

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.

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

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

Kurs 165 Reha Herzsport

Leitung Gabi Wagener

Beginn ab 11.01.2023, 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 11.01.2023, 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 09.01.2023, 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 10.01.2023, 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 10.01.2023, 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 10.01.2023, 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 09.01.2023, montags von 09.00 bis 09.45 Uhr

Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 1

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

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

Leitung Gabi Wagener

Beginn ab 09.01.2023, montags von 10.00 bis 10.45 Uhr

Ort Geldern, Dein Sporthaus, Pariser Bahn 7, Kursraum 2

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

Leitung Nathalie Tebarth

Beginn ab 11.01.2023, 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 12.01.2023, 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 12.01.2023, 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 12.01.2023, 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 09.01.2023, montags von 16.30 bis 18.00 Uhr

Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 178 Reha Herzsport

Leitung Maria van Düren

Beginn ab 09.01.2023, montags von 16.30 bis 18.00 Uhr

Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 179 Reha Herzsport

Leitung Sylvia Hermens

Beginn ab 09.01.2023, montags von 20.00 bis 21.30 Uhr

Ort Kevelaer, Zweifachhalle

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

Kurs 180 **Reha Herzsport**

Leitung Eva Fritz
Beginn ab 09.01.2023, montags von 20.00 bis 21.30 Uhr
Ort Kevelaer, Zweifachhalle

Kurs 181 **Rehasport Arterielle Verschlusskrankheit**

Leitung Maria van Düren
Beginn ab 09.01.2023, 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 09.01.2023, montags von 08.15 bis 09.00 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 09.01.2023, montags von 09.00 bis 09.45 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer

Kurs 184 **Rehasport bei Erkrankung der Wirbelsäule /
Haltungsschäden für Erwachsene im Wasser mit
Elementen der Gymnastik**

Leitung Elke Rogmann
Beginn ab 09.01.2023, montags von 09.45 bis 10.30 Uhr
Ort Kevelaer, Hallenbad Kevelaer

Kurs 185 **Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)**

Leitung Doris Fudala
Beginn ab 09.01.2023, montags von 16.30 bis 17.15 Uhr
Ort Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk

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

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

Kurs 186	Rehasport Orthopädie (Wirbelsäule, Hüfte und Co.)
Leitung	Doris Fudala
Beginn	ab 09.01.2023, 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 03.01.2023, dienstags von 09.45 bis 10.30 Uhr
Ort	Kevelaer, Öffentliche Begegnungstätte Winnekendonk



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

Finde heraus, was gut für dich ist!

Aus- und Fortbildungen

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

Weitere und ausführliche Informationen dazu können Sie auf unsere 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 unsere Lehrgänge aus der Sportpraxis!

Ausbildung 1. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE
20000	Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in	30
21167	Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	90
20001	Basismodul Übungsleiter*in-C, Trainer*in-C und Jugendleiter*in	30
21168	Aufbaumodul Übungsleiter*in-C Breitensport sportartübergreifend mit Blended Learning	90

Ausbildung 2. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE
36000	Der Einstieg in die Rehabilitationssportausbildung	15
36010	ÜL-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 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
25./26.02. 11./12.03.	Geldern	Anna Heußen	120,00 € (240,00 €)
22./23.04. 06./07.05. 20./21.05. 03./04.06. 17./18.06.	Geldern	Anna Heußen	260,00 € (520,00 €)
19./20.08. 02./03.09.	Emmerich	Anna Heußen	120,00 € (240,00 €)
09./10.09. 23./24.09. 28./29.10. 11./12.11. 25./26.11.	Emmerich	Anna Heußen	260,00 € (520,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
04./05.03.	Geldern	Iris Müller, Nat- halie Tebarth	90,00 € (180,00 €)
25./26.03. 15./16.04. 29./30.04. 13./14.05. 03./04.06.	Geldern	Iris Müller, Nat- halie Tebarth	450,00 € (900,00 €)
11.-15.04. 22./23.04. 29./30.04.	Wesel	Christa Unland	299,00 € (599,00 €)

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

Fortbildungen 1. Lizenzstufe

Nr.	Thema	LE
22500	YOGA & Bodyworkout – Funktionelles Bodyweight-Training trifft auf klassische Yoga-Übungen	15
22700	Athletik Training	8
22701	Spielevariationen	8
22702	Mobility und Schwerpunkttraining im Breitensport	8
22501	Outdoor-Fitness	15
22703	Koordination und Gedächtnistraining	8
22705	Achtsamkeit und Meditation	8
22502	Faszientraining im Breitensport	15
22503	Pilates Basic Repertoire	15
22504	TaiChi	15
22505	Pilates meets Functionaltraining	15
22506	In der Ruhe liegt die Kraft	15
22706	Minitramp & Airtrack	8

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Reha)

Nr.	Thema	LE
36500	Arthrose und Osteoporose – Welche Angebote passen?	15
36770	Attraktives Koordinations- und Gehirntraining (profilübergreifend)	15
36501	Mobility PLUS - Faszien- und Beweglichkeitstraining mit Yoga & Pilates	15
36540	Gesundheitspaket im Herzsport	15
36502	Yoga im Rehasport	15

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
25./26.03.	Emmerich	Vera Heimann	65,00 € (130,00 €)
13.05.	Geldern	Katharina Behrendt	40,00 € (80,00 €)
20.05.	Emmerich	Klaus Röttger	40,00 € (80,00 €)
17.06.	Geldern	Katharina Behrendt	40,00 € (80,00 €)
12./13.08.	Geldern	Marit Giesbers	65,00 € (130,00 €)
19.08.	Emmerich	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
09.09.	Geldern	Gabi Wagener	40,00 € (80,00 €)
16./17.09.	Geldern	Sabine Schulte-Werflinghoff	65,00 € (130,00 €)
21./22.10.	Emmerich	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
28./29.10.	Kalkar	Silvia und Emiel Thon	65,00 € (130,00 €)
04./05.11.	Geldern	Andrea Frey	65,00 € (130,00 €)
11./12.11.	Geldern	Gabi Wagener	65,00 € (130,00 €)
09.12.	NN	Iris Küssner	40,00 € (80,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
29./30.04.	Emmerich	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
19./20.08.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
26./27.08.	Emmerich	Vera Heimann	85,00 € (170,00 €)
21./22.10.	Geldern	Iris Müller	85,00 € (170,00 €)
09./10.12.	Emmerich	Vera Heimann	85,00 € (170,00 €)

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

Aus- und Fortbildungen

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Kinder)

Nr.	Thema	LE
31000	Gesundheitsförderung	15
31100	Kleine Spiele, großer Spaß - Spiele für Gruppenraum und Morgenkreis	8
31101	Reden hilft	8
31102	Kreative Bewegungserziehung	8
31001	Einführung in die Psychomotorik	15
31103	Stressabbau im Kindesalter	8
31104	Ideenmix	8

Fortbildungen 2. Lizenzstufe (Prävention)

Nr.	Thema	LE
35200	Core-Training – Die Kraft aus der Körpermitte	15
53850	Alltagsbewegungen - Gelenke beweglich erhalten (lizenzübergreifend)	15
35201	Die Kraft der inneren Stärke: Aspekte des Resilienztrainings	15

Lehrtrainer

Nr.	Thema	LE
76461	Core & Beckenboden - Ideen Special	10
76460	Bodyweight Workout	10
76520	H.I.I.T. Fit - HIGH INTENSITY INTERVAL TRAINING – Ideen Special	5
76462	Step by Step - Ideen Special mit unendlichen Schrittvariationen für TN-Gruppen mit Vorkenntnissen	10

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
21./22.01.	Emmerich	Maja Hofmann	85,00 € (170,00 €)
12.03.	Geldern	Maja Hofmann	45,00 € (90,00 €)
18.03.	Emmerich	Jutta Cordes	45,00 € (90,00 €)
22.04.	Geldern	Anke Saure	45,00 € (90,00 €)
06./07.05.	Geldern	Maja Hofmann	85,00 € (170,00 €)
27.05.	Emmerich	Jutta Cordes	45,00 € (90,00 €)
28.10.	Geldern	Jutta Cordes	45,00 € (90,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
20./21.05.	Geldern	Iris Schulte	85,00 € (170,00 €)
28./29.10.	Geldern	Sabine van Kempen	85,00 € (170,00 €)
04./05.11.	Emmerich	Iris Schulte	85,00 € (170,00 €)

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
02.09.	Geldern	Ines Heun	89,00 € (139,00 €)
30.09.	Geldern	Michaela Hinz	89,00 € (139,00 €)
18.11.	Geldern	Michaela Hinz	49,00 € (79,00 €)
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
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

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.

Nr.	Thema	LE
45270	Finanzmanagement im Sportverein	4
45290	Kostenrechnung und Beitragsgestaltung	4
45370	Brennpunkte des Vereinsrechts: Haftung, Satzung, Mitgliederversammlung	4
45210	Mitarbeitergewinnung und -bindung	4
46118	Ehrenamtsmanager*in Basismodul	15
46418	Ehrenamtsmanager*in Aufbaumodul	15

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-





Datum	Ort	Leitung	Gebühr
11.-16.04.	Hinsbeck	Sina Peters	220,00 €
06.-08.10. 13.-15.10. 27.-29.10.	Geldern/ Hinsbeck	Anna Heußen	280,00 €
30.09.-03.10.	Geldern/ Hinsbeck	Marit Gisberts	90,00 €

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

Datum	Ort	Leitung	Gebühr
13.03.	ZOOM	Ronnie Görtz	20,00 € (40,00 €)
14.06.	ZOOM	Dietmar Fischer	20,00 € (40,00 €)
24.08.	ZOOM	Dietmar Fischer	20,00 € (40,00 €)
13.11.	ZOOM	Ronnie Görtz	20,00 € (40,00 €)
23.09.	Wesel	Heike Arlt	kosten- frei
18.11.	Geldern	Heike Arlt	kosten- frei

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					
WOCHE	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						
WOCHE	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



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