



Im Rahmen des Programms „Bewegt GESUND bleiben in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:



Staatkanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



TREFFPUNKT

Wiehlpark
Brucher Str. 6
51674 Wiehl

Das aktuelle Programm findest Du auf den
Homepages der Vereine!

ANSPRECHPARTNER

TuS Wiehl (TuS)	Hildegard Wirths, 02262 - 9615 www.tus-wiehl.de
Wiehltales LC (WLC)	Klaus Heinen, 02261 - 72325 www.wiehltaleslc.de
VGR Oberberg e.V./ Haus der Gesundheit (VGR/HdG)	Alexander Huhn, 02262-7525250 www.hausdergesundheit.info
Kreissportbund Oberberg (KSB)	Dr. Kerstin Bastian 02261 - 911930, www.ksb-oberberg.de
StadtSportverband Wiehl (SSB)	Andreas Harnisch, 02262 99206 www.stadtsportverband-wiehl.de



Festival des Sports und Rehasport

28.07.19 – 09.08.19

SPORT ZUM MITMACHEN IM WIEHLPARK!

TUS WIEHL
WIEHLTALER LC
VEREIN FÜR GESUNDHEITSSPORT UND
REHABILITATIONSSPORT OBERBERG E. V./HAUS DER
GESUNDHEIT
KREISSPORTBUND OBERBERG
STADTSportVERBAND WIEHL



Sonntag 28.07.19

FESTIVAL DES SPORTS

Auftakt von 13.00 – 17.00 Uhr

Sport und Action treffen
Leidenschaft und Begeisterung

13.00 - 17.00	Auf Du und Du - Lerne uns kennen! - Die Vereine stellen sich vor		
13.00 - 17.00	Sprinttest mit Lichtschrankenmessung		WLC
13.00 - 17.00	Das halbe Sportabzeichen - Fang an! - Standweitsprung und Seilchenspringen		TuS
13.30 - 14.00	Schülertraining (7 - 12 Jahre)	Markus Schmidthaus	WLC
13.30-14.00	Nordic Walking	Julia Thomas	TuS
13.30-14.00	Basketball	Jeffrey Reed	TuS
14.00 - 14.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
14.00 - 14.30	Geräteparcours für alle	Ulrike Dietzel	TuS
14.30 - 15.00	Sport-Dialog: Bürger fragen - Profis antworten - mit dem Wiehler Bürgermeister Ulrich Stücker		
15.00 - 15.30	Atemübungen für Alle	Sabine Bilik	WLC
15.00 - 15.30	Kung-Fu-Show und Übungen für Anfänger	Felix Macht	TuS
15.00 - 15.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
15.30 - 16.00	Familiensport	Herbert Disselhoff	WLC
15.30 - 16.00	Basketball	Jeffrey Reed	TuS
15.30 - 16.00	Standfest und Stabil	Ruth Schröder	TuS
16.00 - 16.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
16.00 - 16.30	Fußball zum Feierabend	Hans Roth	WLC



REHASPORT-AKTIONSTAG

von 13.00 – 17.00 Uhr

Gesundheit und Sport im Doppelpack

Sonntag 28.07.19

13.00 - 17.00	Wie funktioniert Rehasport? Vom Antrag bis zum Sportverein	WLC, TuS, KSB, VGR/HdG
13.00 - 17.00	Sauerstoff, Blutzucker- und Cholesterinmessung	WLC, Sonnen Apotheke Wiehl
13.00 - 17.00	Flexibilitäts- und Kraftcheck	VGR/HdG
13.00 - 14.00	Gehirnjogging im Rehasport (je 30 min)	Thomas Rixgens-Lüdenbach, KSB
15.30 - 16.30	Tai Chi für die Gelenke (je 30 min)	Marcus Linde, KSB
16.00 - 17.00	Faszienbeweglichkeit im Rehasport	VGR/HdG

WICHTIGE INFORMATIONEN

Alle Veranstaltungen finden im **Wiehlpark** auf den Wiesen nahe dem Kiosk am See statt (Ausnahme: Sportabzeichen findet im Stadion Wiehl statt).

Die Veranstaltungen sind **kostenlos**.

Bei schlechtem Wetter sind wir in der Turnhalle Ennenfeldstraße oberhalb des Gymnasiums Wiehl.

Das **aktuelle Programm** und sämtliche Hinweise findest Du auf den Homepages der Vereine.

Wir freuen uns sehr, wenn Du kommst!



29.07. – 09.08.19

FESTIVAL DES SPORTS

2 Wochen kostenlose Sportangebote für Jeden

weiter geht's...

Mo., 29.07.19	18.30 - 19.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
Mo., 29.07.20	18.00 - 20.00	Sportabzeichen im Stadion Wiehl (vom 15.07. - 26.08.19)		TuS
Mi., 31.07.19	18.15 - 19.45	Familientraining	Herbert Disselhoff	WLC
Mi., 31.07.19	18.30 - 20.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
Do., 08.08.19	18.00 - 19.00	Nordic Walking	Mariana Horchler	VGR/HdG
Do., 01.08.19	19.00 - 20.00	Natural Fit - Fitness- Outdoortraining	Lidija Macht	VGR/HdG
Fr., 02.08.19	10.00 - 11.00	Mobi-Fit - Koordination und Balance Outdoor	Susanne Kraus	VGR/HdG
Fr., 02.08.18	17.30 - 18.30	Schülertraining (7 - 12 Jahre)	Markus Schmidthaus	WLC
Mo., 05.08.19	18.30 - 19.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
Mo., 05.08.20	18.00 - 20.00	Sportabzeichen im Stadion Wiehl (vom 15.07. - 26.08.19)		TuS
Mi., 07.08.19	18.15 - 19.45	Familientraining	Herbert Disselhoff	WLC
Mi., 07.08.20	18.30 - 20.30	Lauftreff für Anfänger und Fortgeschrittene	Dieter Krämer und Jörg Mauter	WLC
Do., 08.08.19	18.00 - 19.00	Nordic Walking	Mariana Horchler	VDR/HdG
Do., 08.08.19	19.00 - 20.00	Natural Fit - Fitness- Outdoortraining	Lidija Macht	VDR/HdG
Fr., 09.08.19	10.00 - 11.00	Mobi-Fit - Koordination und Balance Outdoor	Susanne Kraus	VDR/HdG
Fr., 09.08.18	17.30 - 18.30	Schülertraining (7 - 12 Jahre)	Markus Schmidthaus	WLC