

Unser Programm für das Jahr 2021

Einzelheiten zu allen Angeboten und Aktivitäten werden rechtzeitig im **Newsletter** bekannt gegeben. Interessierte Nicht-Mitglieder sind herzlich willkommen.

Wir stellen unser neues Jahresprogramm mit Sport-, Bewegungs- und Freizeitangeboten vor und laden alle Mitglieder, Freunde und Gäste gemäß unserem Motto „**Gemeinsam aktiv sein**“ herzlich ein, sich an den Veranstaltungen rege zu beteiligen. Leider können wir wegen Corona in diesem Winter keine Skifahrten anbieten und alle geplanten Veranstaltungen stehen unter „Corona“-Vorbehalt.

Angebote zu festen Zeiten			
Fitness- und Ski-Gymnastik	Mi 19:00 (nicht in den Schulferien)	Kleine Halle Schützenstraße	Gymnastik ist gesundes Ganzkörpertraining für Bauch, Rücken, Po und Beckenboden, abwechslungsreiche Übungen mit Musik
Nordic Walking	Di 17:30 Do 17:30	Beethovenstraße Ecke Lochnerweg	Nordic-Walking ist eine der gesündesten Sportarten überhaupt
Volleyball	Do 20:00 (nicht in den Schulferien)	Gymnastikhalle Schützenstraße	Freizeitspaß und Kameradschaft erleben, gefördert und gefordert werden
Fußball	Mi 18:30	Sportplatz Schützenstraße	In einer Freizeitmannschaft das ganze Jahr über Fußball spielen Kraft und Ausdauer werden gefördert

Radtouren	
Sa 18.04.	An Ahr und Rhein
Mi 05.05.	Über die Feuerroute zum Rodderberg
Mi 23.06.	Teil 3 der Apfelroute
Sa 24.07.	Über ehemalige Bahntrassen zum Nürburgring
Sa 21.08.	GPS Radtour
Mo – Do 13.-17.09.	Faszination Trans-Eifel: Auf Bahntrassen-Radwegen und entlang von Flüssen die Eifel durchqueren
Sa 23.10.	Links und rechts des Rheins

Unser Programm für das Jahr 2021

*Einzelheiten zu allen Angeboten und Aktivitäten werden rechtzeitig im **Newsletter** bekannt gegeben. Interessierte Nicht-Mitglieder sind herzlich willkommen.*

Wandern	
	Wo gibt es den Glühwein und wo den Grünkohl?
Di 09.03.	Über die Grafschaft zum Altenwegshof
Mi 07.04.	Über die Narzissenwiesen ins Hohe Venn
Sa 01.05.	Krausbergfest
Sa 08.05.	Waldbaden im Kottenforst
Di 15.06.	Traumpfad Bergheidenweg
Fr – So 02.- 04.07.	Wochenendwanderung 3 Tage Im Westerwald auf Wäller Tour
Sa 17.07.	Arensberg Vulkan – Kleine Kapelle Runde Hillesheim
Di 10.08.	Traumpfad Monrealer Ritterschlag
Di 21.09.	Turmroute im Homburger Ländchen
So 03.10.	Delikatessen am Wegesrand. Un-Kräuter zum Genießen Wandern und Speisen mit Dirk Holtermann
Sa 09.10.	Herbst in der Grafschaft
Fr 10.12.	Adventwanderung

Weitere Angebote und Aktivitäten sind u.a.

- Sommerfest
- Abnahme Sportabzeichen
- Sport im Park
- Spieleabende im Winter