

## Unser Programm 2023

Liebe Mitglieder,

wir freuen uns Euch hiermit über das Jahresprogramm 2023 zu informieren. In 2023 sind wir wieder deutlich hoffnungsvoller, dass wir unserem geliebten Sport mit allen Aktivitäten wieder in gewohnter Form nachgehen können.

Auch diesmal hoffen wir, mit einer Auswahl von Veranstaltungen verschiedenster Formate, Euer Interesse und Eure Teilnahmebereitschaft zu wecken. Es gibt kaum Änderungen zu den Formaten der letzten Jahre. Wir werden Veranstaltungen vermehrt mit Partnern durchführen, um die Synergien auszunutzen. Viele Veranstaltungen sind schon jetzt terminlich und inhaltlich festgelegt, wir werden aber mittels Ski-Club-Panorama, auf unserer Webseite und dem Newsletter Euch auf Änderungen bzw. Veranstaltungshinweise informieren. Damit halten wir uns die Möglichkeit offen, flexibel auf Lageänderungen zu reagieren.

Wir würden uns sehr freuen, Euch zahlreich bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen und wünschen viel Freude mit unserem Jahresprogramm 2023.

Bitte zögert nicht uns anzusprechen falls Fragen bestehen. Auf ein hoffentlich unbeschwertes, verletzungsfreies und aufregendes Jahr 2023.

Euer Vorstand

### Wöchentliche Termine (in den Hallen nicht in den Schulferien)

<b>Volleyball</b>	Fr. 19:30	z.Zt. Fronhofhalle	Freizeitspaß und Kameradschaft erleben können, aber gefördert und gefordert werden
<b>Fußball</b>	Mi. 18:30	Fußballplatz Mühlenstraße Swistbachaue	das ganze Jahr über Fußball spielen, Kraft und Ausdauer wird gefördert
<b>Gymnastik</b>	Mi. 17:30	z.Zt. Halle Lüftelberg	Gymnastik ist gesundes Ganzkörpertraining, ob Bauch, Rücken, Po oder Beckenboden, abwechslungsreiche Übungen mit Musik
<b>Nordic Walking</b>	Di. 17:00 Do. 17:00	Beethovenstr. / Lochnerweg	hervorragende Ausdauersportart
<b>Boule</b>	Mo. 14:00	Bouleplatz Alfred-Engel-Anlage Nähe BKA	Mannschafts- und Freizeitspiel

### Wanderungen 2023

Sa. 14.01.2023	Wanderung - Wo gibt es den Glühwein und wo den Grünkohl?
Sa. 11.03.2023	Wanderung auf dem Michelsberg
Mi. 26.04.2023	Wanderung über die Narzissenwiesen ins Hohe Venn
Di. 09.05.2023	Wanderung im Tal der wilden Endert
Sa. 20.05.2023	Waldbaden

Di. 06.06.2023	Wanderung Galaktische Wege
Di. 04.07.2023	Wanderung über Eifelhöhen
Sa. 22.07.2023	GPS-Wanderung
Fr.-So. 25.-27.08.2023	Wanderwochenende für Naturliebhaber Raum Bad Bertrich
Di. 12.09.2023	Wanderung Apollinariskirche
Di. 17.10.2023	Wanderung Eisenweg
Sa. 18.11.2023	Wanderung Kottenforst

### **Radtouren 2023**

Mi. 18.04.2023	Radtour Eröffnungsfahrt
Sa. 13.05.2023	Radtour am Rhein
Mo.-Do. 12.-15.06.2023	Sternradtour Lüdinghausen
Mi. 12.07.2023	Radtour über die Grafschaft
Sa. 12.08.2023	GPS Radtour
Sa. 30.09.2023	Radtour Vorgebirge
Mi. 25.10.2023	Radtour Euskirchen Erft

### **Weitere Termine für 2023:**

Sa. 21.01.2023	Stadtsoldaten-Sitzung
So.-So. 19.-26.03.2023	Skitour Ramsau – Alpin und Langlauf
Fr. 28.04.2023	Mitgliederversammlung mit Wanderung
Sa. 15.07.2023	Sommerfest u. 60-Jahr-Feier
Fr.-So. 01.-03.12.2023	Weihnachtsmärkte im Ruhrgebiet