

Informationen zu Sport im Park :

Sport im Park startet in diesem Jahr erstmalig auch in Rheine und startet mit den Angeboten von 6 Sportvereinen aus Rheine. Sport im Park ist ein unverbindliches und kostenloses Gesundheits- und Fitnesstraining für Untrainierte ebenso wie für Sportliche aller Altersgruppen. Das Projekt richtet sich an Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Einfach vorbeikommen und mitmachen – (fast) ganz ohne Anmeldung.

Die Angebote werden in Kooperation mit Sportvereinen und dem Stadtsportverband Rheine von qualifizierten Trainerinnen und Trainern durchgeführt. Das Training dauert circa eine Stunde und findet bei jedem Wetter statt. Interessierte können an verschiedenen Angeboten teilnehmen. Alle Angebote sind nicht leistungsorientiert, sondern stellen den Gesundheits- und Freizeitaspekt in den Vordergrund.

Die Sportangebote finden vom 01. Juni bis 31. Juli 2019 statt.

- Tragen Sie Freizeit- oder Sportkleidung und bringen Sie für sich Getränke sowie für die Angebote Taekwon-Do und Bewegungszirkel Bedarf ein Handtuch oder eine Sport-/ Isomatte mit.
- Es gibt vor Ort keine Dusch- oder Umkleidemöglichkeiten.
- Der Einstieg ist jederzeit möglich. Wenn Sie lange nicht mehr sportlich aktiv waren, sollten Sie vorher Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt befragen.
- Bitte beachten Sie, dass Sie während der Sportangebote nicht über den Stadtsportverband oder die Vereine versichert sind. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
- Bei extremen Wetterbedingungen (zum Beispiel Gewitter, Starkregen) kann es kurzfristig zur Absage von Sportangeboten kommen.

Bitte achten Sie auf Hinweise unter: www.ssv-rheine.de.

Alle Angebote werden durch die Stadt Rheine unterstützt und gefördert.



Aktuelle Informationen erhalten Sie auch beim Sportservice der Stadt Rheine unter Tel.: 05971-9548774.

Bitte achten Sie auf aktuelle Hinweise unter: www.ssv-rheine.de

Veranstalter:
Sportvereine aus Rheine
Stadtsportverband Rheine
www.ssv-rheine.de

Sport im Park 2019

vom 01.06. bis 31.07.

**kostenlos für jedermann
und draußen**

STADTSportVERBAND
RHEINE
Leben an der Ems

Sport im Park 2019

Montag

16.30 – 17.30 Uhr (außer Pfingstmontag)

**Traditionelles Taekwon-Do zum Kennenlernen
Grundkurs für Erwachsene ab 40 Jahren**

Stadtpark (Konzertmuschel)

Dienstag

17.00 – 18.00 Uhr

Kennenlernen des Boulespielens

Sportpark TV Jahn Rheine

Mittwoch

18.00 – 19.00 Uhr (Gruppe 1)

19.00 – 20.00 Uhr (Gruppe 2)

Game, Fun, Life – Tennis für Jedermann

TC Tenniscenter

Voranmeldung erwünscht unter
Telefon 0172 985 9169 oder 0157 346 747 35

18.00 – 20.00 Uhr

Training und Abnahme des Sportabzeichens

Jahnstadion Rheine

Donnerstag

15.00 – 16.00 Uhr

Sporttreff am Bewegungsparcour

Bewegungsparcour am Kettelerufer

18.00 – 19.00

Bewegungszirkel

Stadtpark Rheine
(Treppe zur Jugendherberge)

Samstag

14.00 – 16.00 Uhr

Schnuppergolf

Golfsportclub Rheine/Mesum

Voranmeldung erforderlich unter
www.gc-rheine.de/golfeinsteiger/
oder telefonisch unter 05975 – 9490

vom 01.06. bis 31.07.

**kostenlos für jedermann
und draußen**

Weitere Informationen unter:

www.ssv-rheine.de & Tel.: 05971-9548774 (Sportservice)