

Aktivitäten im Sportbund Pfalz

Verein: AC 1898 e.V. Thaleischweiler-Fr.
Ansprechperson: Reiner Kaufmann
E-Mail: reiner_kaufmann@web.de
Telefon / mobil 017647300516



Bewegungsangebot 1

Sport für alle!

Ganzkörpertraining ohne spezifische Sportart

Aufgebauter Zirkelpacur mit ca. 15 Stationen

Es werden alle angesprochen die ihren Körper etwas belasten und fordern wollen .

Es wird eine gewisse Fitness vorausgesetzt.

01.06.2024 10:00-15:00

Uferstraße 23

66987 Thaleischweiler-Fr.

Bewegungsangebot 2

Sport für alle

Ganzkörpertraining ohne spezifische Sportart.

Aufgebauter Zirkelpacur und einbeziehung des Fitnessraumes.

Es werden alle angesprochen die bisher noch nicht viel/oder eingeschränkt Sport getrieben haben und einen Einstieg suchen.

Keine Voraussetzungen nötig es kann jederzeit unter/bzw. abgebrochen werden.

08.06.2024 10:00-15:00

Uferstraße 23

66987 Thaleischweiler

Bewegungsangebot 3

Tag der offenen Tür

Besichtigung der Vereinsanlage wie die Sporthalle/Kraftraum. Erklärung der Möglichkeiten für spezifisch Ringen mit Teilnahme an kleinen Übungseinheiten. Benutzung der Geräte im Kraftraum unter Traineranleitung. Möglichkeit eines kurzen Trainingslaufes in der Gruppe.

Angesprochen sind alle die sich sportlich betätigen wollen oder nur für sich oder ihre Kinder informieren.

13.07.2024 10:00-15:00

Uferstraße 23

66987 Thaleischweiler