

## Aktivitäten im Sportbund Rheinland

Verein: SV Hönningen Ahr e.V.  
Ansprechperson: Simone Hoffmann  
E-Mail: geschaeftsfuehrung@svhoenningen.de  
Telefon / mobil 0157 72675317



### Bewegungsangebot 1

#### Qigong am Mehrgenerationenspielplatz in Hönningen

Wirbelsäulenorientierte sanfte Bewegungen sorgen für die Koordination, die Beweglichkeit, der Kräftigung, der Regulierung des Atems und des Körpers.

Wer einmal schnuppern kommen möchte ist herzlich eingeladen.

Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Zielgruppe: Jung und Alt, Sportanfänger, Wiedereinsteiger, Ausgleich zum stressigen Alltag, Angebot für ein präventives Training

Angebot ab 08.05. bis zu den Sommerferien 10-12 mal.

08.05.2024	19:00-19:45
15.05.2024	19:00-19:45
22.05.2024	19:00-19:45
29.05.2024	19:00-19:45
05.06.2024	19:00-19:45
12.06.2024	19:00-19:45
29.06.2024	19:00-19:45
26.06.2024	19:00-19:45
03.07.2024	19:00-19:45
10.07.2024	19:00-19:45

Schulstraße, Mehrgenerationenspielplatz

53506 Hönningen

## **Bewegungsangebot 2**

### Kinderlaufftreff

Kinderlaufftreff für Kinder von 6-13 Jahren.

Spülerisch den Spaß am

Laufen trainieren . Bewegungsspiele die die Koordination und Konzentration fördern

16.05.2024 17:00-18:00

06.06.2024 17:00-18:00

13.06.2024 17:00-18:00

20.06.2024 17:00-18:00

27.06.2024 17:00-18:00

04.07.2024 17:00-18:00

11.07.2024 17:00-18:00

Spielplatz in Liers

53506 Liers

## **Bewegungsangebot 3**

Workout rund um die SPORTBOX

17.06.2024 18:00-19:00

03.07.2024 19:00-20:00

17.07.2024 18:30-19:30

am Mehrgenerationenspielplatz Schulstraße

am Spielplatz Ahrstraße

am Mehrgenerationenspielplatz Schulstraße

0 Hönningen

Liers

Hönningen