

## Aktivitäten im Sportbund Rheinland

Verein: TV Rübenach 1900 e. V.  
Ansprechperson: Irmgard Israel  
E-Mail: presse@tv-ruebenach.de  
Telefon / mobil 01520 1953258



### Bewegungsangebot 1

#### Wandern im TVR

Wir wandern jeden 3. Sonntag im Monat. Das Angebot ist offen für alle Alters- und Leistungsgruppen. Wir bieten auch Teilnahme für (Noch-)Nichtmitglieder an.

Treffpunkt ist zentral, dort werden dann je nach Teilnehmerzahl Fahrgemeinschaften gebildet

Die jeweilige Strecke mit dem entsprechenden Profil wird 14 Tage vorher auf unserer Homepage und in den Printmedien veröffentlicht.

21.07.2024 10:00-16:00

18.08.2024 10:00-16:00

15.09.2024 10:00-16:00

Am Mühlenteich, Parkplatz Grundschule

56072 Koblenz

### Bewegungsangebot 2

#### Nordic walking

Wir walken montags und freitags jeweils von 8.30 h bis 10.00 h. Die streckenlänge beträgt ca. 7 km. Vor- und hinterher erfolgt eine Aufwärm- bzw. Dehnphase.

Angesprochen sind alle Altersklassen.

01.07.2024 08:30-10:00

08.07.2024 08:30-10:00

15.07.2024 08:30-10:00

Am Mühlenteich, Parkplatz Grundschule

56072 Koblenz