

Aktivitäten im Rhein-Lahn-Kreis

Verein, Organisation, Einrichtung:

SV Patersberg

Ansprechperson: Sascha Klug

E-Mail: sv-patersberg@mail.de

Telefon / mobil 0176 72186311



Bewegungsangebot 1

Outdoor Minis 2-6 Jahre

Wir möchten mit den Minis 2-6 Jahre draußen im Dorfpark balancieren, klettern, hüpfen und zusammen mit Gleichaltrigen in der Gemeinschaft bewegen. Mitzubringen: gute Laune, feste Schuhe, etwas zu trinken Bei schlechtem Wetter findet die Stunde im DGH statt.

06.06.2025 16-17 Uhr

29.08.2025 16-17 Uhr

13.06.2025 16-17 Uhr

05.09.2025 16-17 Uhr

27.06.2025 16-17 Uhr

12.09.2025 16-17 Uhr

04.07.2025 16-17 Uhr

19.09.2025 16-17 Uhr

22.08.2025 16-17 Uhr

26.09.2025 16-17 Uhr

Dorfpark

56348 Patersberg

Bewegungsangebot 2

Outdoor Maxis 7-12 Jahre

Wir möchten mit den Maxis 7-12 Jahre draußen im Dorfpark Boule, Tischtennis, Federball, Fußball spielen und zusammen mit Gleichaltrigen in der Gemeinschaft bewegen. Mitzubringen: gute Laune, feste Schuhe, etwas zu trinken Bei schlechtem Wetter findet die Stunde im DGH statt.

06.06.2025 17-18 Uhr

29.08.2025 17-18 Uhr

13.06.2025 17-18 Uhr

05.09.2025 17-18 Uhr

27.06.2025 17-18 Uhr

12.09.2025 17-18 Uhr

04.07.2025 17-18 Uhr

19.09.2025 17-18 Uhr

22.08.2025 17-18 Uhr

26.09.2025 17-18 Uhr

Dorfpark

56348 Patersberg

Bewegungsangebot 3

Outdoor Wirbelsäulengymnastik für alle

Mit leichten Übungen mobilisieren wir unsere Wirbelsäule und den ganzen Körper. Für Anfänger und Wiedereinsteiger, aber auch für Geübte. Mitzubringen: gute Laune, Outdoorkleidung, etwas zu trinken Bei schlechtem Wetter findet die Stunde im DGH statt.

05.06.2025 18-19 Uhr	28.08.2025 18-19 Uhr
12.06.2025 18-19 Uhr	04.09.2025 18-19 Uhr
26.06.2025 18-19 Uhr	11.09.2025 18-19 Uhr
03.07.2025 18-19 Uhr	18.09.2025 18-19 Uhr
21.08.2025 18-19 Uhr	25.09.2025 18-19 Uhr

Dorfpark

56348 Patersberg

Bewegungsangebot 4

Outdoor Zirkeltraining für alle

Mit gezielten Übungen trainieren wir unsere Muskulatur und unsere Kraft-Ausdauer. Für Anfänger und Wiedereinsteiger, aber auch für Geübte. Mitzubringen: gute Laune, Outdoorkleidung, etwas zu trinken Bei schlechtem Wetter findet die Stunde im DGH statt.

05.06.2025 19-20 Uhr	28.08.2025 19-20 Uhr
12.06.2025 19-20 Uhr	04.09.2025 19-20 Uhr
26.06.2025 19-20 Uhr	11.09.2025 19-20 Uhr
03.07.2025 19-20 Uhr	18.09.2025 19-20 Uhr
21.08.2025 19-20 Uhr	25.09.2025 19-20 Uhr

Dorfpark

56348 Patersberg

Bewegungsangebot 5

Outdoor Spazieren für alle

Spazieren (walken) mit und ohne Stöcke in 2 Gruppen, somit für Anfänger und Wiedereinsteiger, aber auch für Geübte. Nach einem Aufwärmteil, kleine Runde im Dorfpark oder große Runde ums Dorf, anschließend Dehn- und Entspannungsübungen. Mitzubringen: gute Laune, Outdoorkleidung, Nordic Walking Stöcke falls vorhanden und etwas zu trinken

10.06.2025 10.30-11.30 Uhr	26.08.2025 10.30-11.30 Uhr
17.06.2025 10.30-11.30 Uhr	02.09.2025 10.30-11.30 Uhr
24.06.2025 10.30-11.30 Uhr	09.09.2025 10.30-11.30 Uhr
01.07.2025 10.30-11.30 Uhr	16.09.2025 10.30-11.30 Uhr
19.08.2025 10.30-11.30 Uhr	23.09.2025 10.30-11.30 Uhr

Schulstr. 94

56348 Patersberg