

Aktivitäten im Rhein-Pfalz-Kreis

Verein, Organisation, Einrichtung:

TuS Altrip 1906 e.V.

Ansprechperson: Helmut Mürtz

E-Mail: akazien@gmx.net

Telefon / mobil 0170 7980940



Bewegungsangebot 1

Sportabzeichentreff

Das Sportabzeichen kann jeder schaffen, probiert es aus! Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich altersgerecht an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Aus jeder dieser Grundfähkeitsgruppen soll für das Sportabzeichen eine Übung erfolgreich abgeschlossen werden (mindestens Leistungsstufe Bronze). Treffpunkt ist auf dem Sportplatz

09.09.2025 19 - 20 Uhr

23.09.2025 19 - 20 Uhr

Ludwigsplatz 5a (Sportplatz)

67122 Altrip

Bewegungsangebot 2

Walking für jedes Alter

Ablauf des Angebotes - Kennenlernen - kurzes Aufwärmen - Erläuterung der Bewegungsabläufe - Erste Übungen - Durchführung des Trainings - Übungen zur Entspannung am Ende des Trainings. Treffpunkt ist der Sportplatz am Rheindamm

01.09.2025 18 bis 19 Uhr

22.09.2025 18 bis 19 Uhr

Ludwigsplatz 5a

67122 Altrip

Bewegungsangebot 3

Bewegung im Freien

Bewegung im Freien: Ausdauer, Kräftigung, mit Streching unter freiem Himmel. Treffpunkt ist der Sportplatz am Rheindamm

08.07.2025 18 bis 19 Uhr

15.07.2025 18 bis 19 Uhr

22.07.2025 18 bis 19 Uhr

Ludwigsplatz 5a
67122 Altrip

Bewegungsangebot 4

Dance Mix im Freien

Cardiotraining zu verschiedenen Tanzrhythmen und Musikstilen. Latein, Hip Hop, Pop und Rock, für jeden Geschmack ist etwas dabei. Jeder kann die Intensität seiner Bewegungen selbst bestimmen, somit kommt jeder auf seine Kosten, ob noch untrainiert oder sc

31.07.2025 von 20 bis 21 Uhr

07.08.2025 von 20 bis 21 Uhr

14.08.2025 von 20 bis 21 Uhr

Ludwigsplatz 5a

10/8/2083 12:00:00 AM

Bewegungsangebot 5

CardioStep im Freien

Cardiotraining mit dem Steppbrett zu verschiedenen Musikstilen. Latein, Hip Hop, Schlager, 90er - für jeden Geschmack ist etwas dabei. Wir erlernen zusammen einfache Bewegungen auf dem Steppbrett, durch die wir unsere Herzfrequenz steigern und richtig ins

19.08.2025 von 19:30 bis 20:30 Uhr

26.08.2025 von 19:30 bis 20:30 Uhr

Ludwigsplatz 5a

67122 Altrip