



## Laufende Termine 2026

Stand: 07.09.2026

|            |                                    |                                                                                                                                                                                                        |
|------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | 11.00 Uhr                          | <b>Bewegung trifft Inklusion</b><br>Treffpunkt an der Isenachbrücke zwischen Mercure-Hotel und Saline                                                                                                  |
| Montag     | 19.00 Uhr                          | <b>Gymnastik</b><br>in der Sporthalle der Carl-Orff-Realschule, Kanalstraße<br>(12.01. bis 27.04. und ab 19.10. bis 14.12.2026)                                                                        |
| Dienstag   | 18.00 Uhr                          | <b>Lauftreff</b> (auch für Nichtmitglieder)<br>Treffpunkt <b>Riesenfass</b> (bis 24.03. und ab 06.10.2026)<br>Treffpunkt Parkplatz <b>Weilach</b> (ab 31.03. bis 29.09.2026)<br>Dauer: jeweils 1-1,5 h |
| Dienstag   | 18.00 Uhr                          | <b>Nordic Walking</b><br>Treffpunkt <b>Riesenfass</b> (bis 24.03. und ab 06.10.2026)<br>Treffpunkt Parkplatz <b>Weilach</b> (ab 31.03. bis 29.09.2026)<br>Dauer: jeweils 1 h                           |
| Donnerstag | 18.00 Uhr                          | <b>Lauftreff</b> (auch für Nichtmitglieder)<br>Treffpunkt <b>Riesenfass</b> (bis 26.03. und ab 08.10.2026)<br>Treffpunkt Parkplatz <b>Weilach</b> (ab 03.04. bis 01.10.2026)<br>Dauer: jeweils 1-1,5 h |
| Donnerstag | 18.00-19.00 Uhr<br>und 19.30-20.30 | <b>Yoga</b><br>in der Sporthalle der Lebenshilfe, Eingang zwischen Sägmühle und Rettungswache.                                                                                                         |
| Sonntag    | 09.30 Uhr                          | <b>Lauftraining</b><br>Treffpunkt Stadion Trift oder Turnhalle der Valentin-Ostertag-Schule (im Winter nach Absprache)                                                                                 |

**Bewegung trifft Inklusion:** Angebot für alle (auch Nichtmitglieder), die nicht (mehr) ganz mobil sind:  
Etwa ½ h Gehen um die Saline mit leichten gymnastischen Übungen zur Kräftigung der Muskulatur  
und zur Förderung der Koordination