



Laufende Termine 2025

Stand: 21.01.2025

| | | |
|------------|------------------------------------|--|
| Montag | 11.00 Uhr | Bewegung trifft Inklusion Treffpunkt an der Isenachbrücke zwischen Mercure-Hotel und Saline |
| Montag | 19.00 Uhr | Gymnastik in der Sporthalle der Carl-Orff-Realschule, Kanalstraße (13.01. bis 28.04. und ab 06.10. bis 15.12.2025) |
| Dienstag | 18.00 Uhr | Lauftreff (auch für Nichtmitglieder) Treffpunkt Riesenfass (bis 25.03. und ab 30.09.2025) Treffpunkt Parkplatz Weilach (ab 01.04. bis 23.09.2025) Dauer: jeweils 1-1,5 h |
| Mittwoch | 18.00 Uhr | Nordic Walking in Kurpark und Wingert, Treffpunkt Salierhalle. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Leihstöcke zum Ausprobieren stehen zur Verfügung |
| Mittwoch | 18.00 Uhr | Lauftraining Treffpunkt Stadion Für Jugendliche und Aktive |
| Donnerstag | 18.00 Uhr | Lauftreff (auch für Nichtmitglieder) Treffpunkt Riesenfass (bis 27.03. und ab 03.10.2025) Treffpunkt Parkplatz Weilach (ab 03.04. bis 25.09.2025) Dauer: jeweils 1-1,5 h |
| Donnerstag | 18.00-19.00 Uhr und 19.30-20.30 | Yoga in der Sporthalle der Lebenshilfe, Eingang zwischen Sägmühle und Rettungswache. |
| Sonntag | 09.30 Uhr | Lauftraining 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