



*DJK Wassenberg e.V.  
1979*

*unsere Angebote*

*für Klein und Groß*

[www.djk-wassenberg.de](http://www.djk-wassenberg.de)

Sportbereich / Impressionen

Ballsport

Power Fitness

Kinderleichtathletik



Kinderturnen

Tanzen

Eltern und Kind

Bewegung/Fitness

Krabbelgruppe



Karate, Goshin-Jitsu

Senioren-sport

Sommerfest



Wir haben für alle Altersklassen  
was anzubieten



Stand: 12/01/2024						
das Angebot der DJK Wassenberg e.V. 1979						
	Wochentag	Uhrzeit		Sport-/Bewegungsthemen	Ort	Gebäude
1.	Montag	09:30	– 11:00	Tanzen in der 2ten Lebenshälfte	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
2.		16:30	– 17:30	Bewegung für Eltern und Kind	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
3.		17:30	– 18:30	Hula Hoop	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
4.		18:30	– 19:30	Yoga	Effeld	Bürgerhalle
5.		20:00	– 21:30	Step, Tai Bo, Tabata	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
6.		20:00	– 21:30	FIT and Fun – für jedermann	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
7.	Dienstag	15:00	– 16:30	Gymnastik für Frauen ab 50	Effeld	Bürgerhalle
8.		16:30	– 18:00	Bewegung für Kinder 4 – 6	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
9.		17:30	– 19:00	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
10.		17:30	– 19:00	Leichtathletik (Oktober – März)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
11.		16:30	– 17:15	Bewegung für Eltern und Kind (< 3 Jahre)	Orsbeck	Turnhalle
12.		17:15	– 18:00	Bewegung für Eltern und Kind (> 3 Jahre)	Orsbeck	Turnhalle
13.		18:00	– 19:00	Basketball 6 – 14 Jahre	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
14.		19:00	– 21:00	Basketball ab 18 Jahre	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
15.		19:30	– 21:00	Power Fitness	Birgelen	Turnhalle Birgelen
16.	Mittwoch	09:30	– 11:00	Tanzen in der 2ten Lebenshälfte	Wassenberg	Pfarrheim St. Georg
17.		09:30	– 10:30	Bewegung in der Rehabilitation	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
18.		10:45	– 11:45	Bewegung in der Rehabilitation	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
19.		16:30	– 18:00	Laufen, Springen, Werfen, Toben ab 8.3.2024	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
20.		17:00	– 18:30	Gymnastik für Frauen ab 50	Wassenberg	Turnhalle 1 Berstr.
21.		18:30	– 20:00	Body Fitness	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
22.	Donnerstag	09:00	– 10:00	Krabbelgruppe ab 7.3.2024	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
23.		14:30	– 16:00	Boule	Wassenberg	Pontorson platz
24.		16:30	– 18:00	Bewegung für Kinder 4 – 6	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
25.		17:30	– 19:00	Gymnastik für die Wirbelsäule	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
26.		18:00	– 19:00	Power, Dance and Fun	Birgelen	Turnhalle Birgelen
27.		18:30	– 20:00	Step, Tai Bo, Tabata	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
28.		20:00	– 21:30	Funktionsgymnastik und Ballspiel	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
29.	Freitag	09:00	– 10:00	Krabbelgruppe ab 1.3.2024	Birgelen	Pfarrheim
30.		16:30	– 18:00	Bewegung für Kinder ab 7	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
31.		18:00	– 19:30	Karate / Goshin Jitsu / Kinder	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
32.		19:30	– 21:00	Karate / Goshin Jitsu / Erwachsene	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
33.		17:00	– 18:30	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
34.		18:00	– 19:30	Leichtathletik (Oktober – März)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
35.	Sportabzeichen	17:00	– 19:30	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
36.	Waldläufer – Kinder	14:00	– 16:00	<a href="#">mtl. Kurse, Termine</a> <a href="https://www.djk-wassenberg.de/abteilungen">mehr unter https://www.djk-wassenberg.de/abteilungen</a> <a href="#">#Waldlaeufer</a>	Wildenrath	NABU

Sport, Fitness und Gesundheit

