

AKTIVE WOCHE

der DJK Bingen-Büdesheim

So 12. - So 19. Januar 2025



Du suchst ein neues Hobby?

Dein Neues Jahr soll aktiver werden als das letzte?

Du willst neue Leute kennenlernen?

Dann komm vorbei!

In der dritten Januar Woche öffnen wir unsere Trainings. Sport in Gemeinschaft macht Spaß und fördert neben Deiner Fitness auch die mentale Gesundheit. Gemeinsam erreichen wir mehr. Denn bei uns gilt: Wir sind *Mehr Als Ein Verein*.

Neue Gesichter sind gerne willkommen. Die Teilnahme ist kostenlos. Eine Anmeldung ist erwünscht, aber nicht erforderlich.*

Natürlich bist Du gerne auch außerhalb der Aktiven Woche zum Training eingeladen. Weitere Infos findest du auf unserer Website.

KONTAKT

DJK www.djk-bingen-buedesheim.de

Anmeldung unter:

Quidditch bingerbeasts@gmail.com

Kidditch bingerbeastlys@gmail.com

Lauftreff info@djk-bingen-buedesheim.de

Cardio info@djk-bingen-buedesheim.de

Walking 06721 44898 od. 01573 4273544

Tischtennis leeweis@web.de

Handball

handball.jugend@djk-bingen-buedesheim.de

SO 12.	🕒 17-19 Uhr ⚽ Quidditch 📍 Kunstrasenplatz Büdesheim 👤 alle ab 15 Jahre 📁 (Stollen)Schuhe		
MO 13.	🕒 17:00-18:30 Uhr ⚽ Handball 📍 Realschule Büdesheim 👤 alle 13 und 14 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 18:30-20 Uhr ⚽ Handball 📍 Rundsporthalle 👤 alle 15 und 16 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 18:30-19:30 Uhr ⚽ DJK Cardio & Core 📍 Halle Rhein-Nahe-Schule 👤 alle ab 18 Jahre 📁 Hallenschuhe
DI 14.	🕒 18:30 - 19:30 Uhr ⚽ Lauftreff 📍 Spielplatz, Naheparkplatz 👤 alle 📁 Laufschuhe		
MI 15.	🕒 16-17 Uhr ⚽ Kidditch 📍 Rundsporthalle 👤 alle 8 bis 15 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 17-18:30 Uhr ⚽ Handball 📍 Rundsporthalle 👤 alle 11 und 12 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 18:30-20 Uhr ⚽ Quidditch 📍 BBS Halle Bingen 👤 alle ab 15 Jahre 📁 Hallenschuhe
DO 16.	🕒 18-19 Uhr ⚽ Walking 📍 Laufbahn, Stadion Büdesheim 👤 alle 📁 Laufschuhe, Walkingstöcke	🕒 18-19:30 Uhr ⚽ Tischtennis 📍 Grundschule Dietersheim 👤 alle 8 bis 18 Jahre 📁 Hallenschuhe, Schläger	🕒 19:30-21:30 Uhr ⚽ Tischtennis 📍 Grundschule Dietersheim 👤 alle ab 18 Jahre 📁 Hallenschuhe, Schläger
FR 17.	🕒 17-18:30 Uhr ⚽ Handball 📍 Rundsporthalle 👤 alle 11 und 12 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 17:00-18:30 Uhr ⚽ Handball 📍 Rundsporthalle 👤 alle 13 und 14 Jahre 📁 Hallenschuhe	🕒 18:00-20 Uhr ⚽ Handball 📍 Rundsporthalle 👤 alle 15 und 16 Jahre 📁 Hallenschuhe
SO 19.	🕒 17-19 Uhr ⚽ Quidditch 📍 Kunstrasenplatz Büdesheim 👤 alle ab 15 Jahre 📁 (Stollen)Schuhe		

*Sollten gesundheitliche oder körperliche Beeinträchtigungen vorliegen, so bitten wir um Information bei Anmeldung oder direkt vor Ort an die Trainingsleitung.