

# Oberbergischer Kreis Bewegt älter werden 2015



© Peter Maszlen - Fotolia



LANDESPORTBUND  
NORDRHEIN-WESTFALEN



OBERBERGISCHER KREIS  
DER LANDRAT

AMT FÜR SOZIALE ANGELEGENHEITEN

# Impressum

Herausgeber:

**Oberbergischer Kreis**

**Der Landrat**

**Amt für Soziale Angelegenheiten**

Moltkestraße 42

51643 Gummersbach

Telefon 02261 88-5003

Fax 02261 88-972-5003

E-Mail [karl-dieter.mueller@obk.de](mailto:karl-dieter.mueller@obk.de)

Internet [www.obk.de](http://www.obk.de)

**Kreissportbund Oberberg e.V.**

Am Kerberg 7

51643 Gummersbach

Telefon 02261 91193-0

Fax 02261 91193-20

E-Mail [info@ksb-oberberg.eu](mailto:info@ksb-oberberg.eu)

Internet [www.kreisportbund-oberberg.de](http://www.kreisportbund-oberberg.de)

Stand: 1. Auflage, Juni 2015

Sehr geehrte Damen und Herren,

Bewegung und Sport sind wichtige Faktoren dafür, die Lebensfreude und gewohnte Lebensqualität im Alter zu erhalten. Sie helfen gesund zu bleiben, stärken die gesundheitlichen Ressourcen, helfen in Gemeinschaft soziale Kontakte herzustellen und tragen so zur wertvollen Hilfe zur Selbsthilfe bei.

Der Oberbergische Kreis – Amt für Soziale Angelegenheiten – in Kooperation mit dem Kreissportbund Oberberg e.V. haben es sich zur Aufgabe gemacht, die im Kreisgebiet zugänglichen Sportangebote für Ältere zusammenzufassen.

Wir freuen uns sehr, Ihnen die erste Broschüre zum Sportangebot für Ältere im Oberbergischen präsentieren zu können. Mit unseren Sportvereinen haben wir das größte flächendeckende Angebot an Senioren-, Gesundheits-, Präventions- und Rehasport im gesamten Oberbergischen Kreis. Wir wünschen uns sehr, dass Sie die Angebote und Menschen Ihres Sportvereins vor Ort kennen und schätzen lernen.

In dieser Broschüre finden Sie zahlreiche oberbergische Sportvereine mit ihren vielfältigen Angeboten.

Die gesamten Angaben beruhen auf freiwilligen Selbstauskünften der Vereine. Da Sportvereine lebendige Organisationen sind, kann es immer wieder zu aktuellen Änderungen kommen. Wir haben sorgfältig alle zu diesem Zeitpunkt bekannten Informationen erfasst und hoffen, damit Ihr Interesse geweckt zu haben.

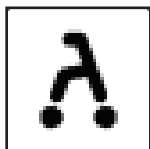
Mit freundlichen Grüßen

Ihr



# Wie Sie unsere Bilder lesen können

---



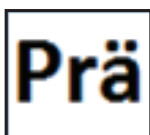
**Barrierefrei:** Sie können mit Rollator oder Rollstuhl die Sportstätte und die Sanitäreinrichtungen erreichen.



**Leicht erreichbar:** die Sportstätte und die Sanitäreinrichtungen weisen kleine Stufen oder Hindernisse auf.



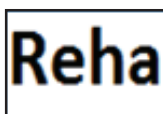
**Gesundheitssport:** dieses Sportangebot ist gesundheitsorientiert



**Präventionskurs:** dieser Kurs ist als Präventionskurs von den Krankenkassen anerkannt bzw. hat das Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“. Als TeilnehmerIn können Sie einen Teil der Kursgebühr von Ihrer Krankenkasse erstattet bekommen.



Eine Vielzahl der Sportangebote, die mit dem Qualitätssiegel **Sport pro Gesundheit** ausgezeichnet sind, werden ebenfalls von den Krankenkassen bezuschusst.



**Rehabilitationssport** ist Sport für ein bestimmtes Krankheitsbild. Sie benötigen dafür in der Regel einen Rehasportantrag, der von Ihrem Haus- oder Facharzt ausgestellt wird und den Sie von Ihrer Krankenkasse genehmigen lassen müssen.

# Sportbildungswerk Oberberg e.V.



**Bildungswerk des Landessportbundes  
NRW e.V. - Außenstelle Oberberg**

Internet [www.qualifizierungszentrum-berg.de](http://www.qualifizierungszentrum-berg.de)  
E-Mail [melanie.hahn@ksb-oberberg.eu](mailto:melanie.hahn@ksb-oberberg.eu)

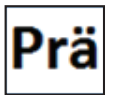
## **Wassergymnastik im Hotel Phönix Bergneustadt**

Melanie Hahn, Telefon 02261 911930



## **Wirbelsäulengymnastik im Katholischen Pfarrheim in Ränderoth**

Melanie Hahn, Telefon 02261 911930



## **Wirbelsäulengymnastik in der Turnhalle Schulbergstraße in GM-Vollmerhausen**

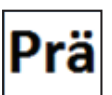
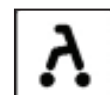
Melanie Hahn, Telefon 02261 911930



## **Aquafitness im Mediclin-Rehazentrum Reichshof-Eckenhagen**

Dr. Kerstin Bastian, Telefon 02261 9119312

Melanie Hahn, Telefon 02261 911930



# Bergneustadt



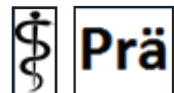
## TV Kleinwiedenest 1890 e.V.

Internet [www.kleinwiedenest.de](http://www.kleinwiedenest.de)

E-Mail [vorstand@kleinwiedenest.de](mailto:vorstand@kleinwiedenest.de)

### Rücken-Fit/Gesundheitsgymnastik

Karin Scheer, Telefon 02261 48323



### Seniorenport

Karin Scheer, Telefon 02261 48323



### Stuhlgymnastik - Fit bis ins hohe Alter

Karin Scheer, Telefon 02261 48323



# Engelskirchen

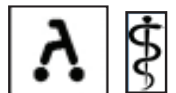


**ASC Loope 1954 e.V.**

Internet [www.asc-loope.de](http://www.asc-loope.de)

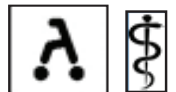
## **Wassergymnastik**

Iris Nugue, Telefon 02263 1778



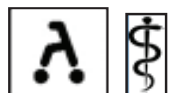
## **Sport ab 40**

Iris Nugue, Telefon 02263 1778



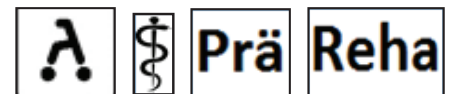
## **Fit ab 65**

Iris Nugue, Telefon 02263 1778



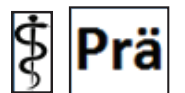
## **Reha- und Gesundheitssport**

Praxis Berfeld, Telefon 02263 80199



## **Nordic-Walking**

Monika Luschnat, Telefon 02263 1835



**Prävention Berg e.V.**

Internet [www.praevention-berg.de](http://www.praevention-berg.de)

E-Mail [info@praevention-berg.de](mailto:info@praevention-berg.de)

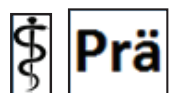
## **Rehasport für den Stütz- und Bewegungsapparat**

Phil Schlifter, Telefon 02263 929490



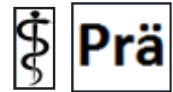
## **Rücken ABC**

Phil Schlifter, Telefon 02263 929490



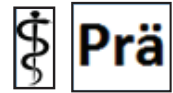
## Beckenbodengymnastik

Phil Schlifter, Telefon 02263 929490



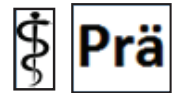
## Nordic-Walking

Phil Schlifter, Telefon 02263 929490



## Progressive Muskelentspannung nach Jacobson

Phil Schlifter, Telefon 02263 929490



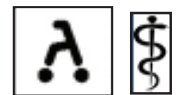
## S.V. Wahlscheid Oberberg e.V.

Internet [www.mein-wahlscheid.de](http://www.mein-wahlscheid.de)

E-Mail [martina.braun.mb@web.de](mailto:martina.braun.mb@web.de)

## Damengymnastik (50-79 Jahre)

Martina Braun, Telefon 02263 70839



## Rückengymnastik (für Damen und Herren)

Martina Braun, Telefon 02263 70839



## TV Osberghausen 1905 e.V.

Internet [www.tv-osberghausen.de](http://www.tv-osberghausen.de)

E-Mail [uc.holtz@t-online.de](mailto:uc.holtz@t-online.de)

## Sanfte Gymnastik für den Rücken

Claudia Holz, Telefon 02262 6108







## VfL Engelskirchen e.V.

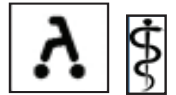
Internet [www.vflengelskirchen.de](http://www.vflengelskirchen.de)

E-Mail [vfl.engelskirchen@t-online.de](mailto:vfl.engelskirchen@t-online.de)

---

### **Fitnessstraining für Seniorinnen / Frauen**

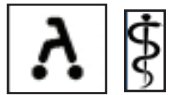
Kristina Suckau, Telefon 0177 3525607



---

### **Rückengymnastik**

Astrid Staiger, Telefon 02263 952793



---

### **Alte-Herren-Turnen** (Gymnastik, Bewegung, Ballspiele)

Klaus Potthoff, Telefon 02263 1641 und

Hans-Georg Potthof, Telefon 02263 20594



---

### **Sportabzeichen im VfL Engelskirchen**

Peter Frank, Telefon 02263 47560

---

# Gummersbach



## Sportfreunde Vollmerhausen 1887/1908 e.V.

Internet [www.sport-vollmerhausen.de](http://www.sport-vollmerhausen.de)  
E-Mail [marxguenter@t-online.de](mailto:marxguenter@t-online.de)

### Rückengymnastik

Birgid Frick, Telefon 02261 978800



### Frauengymnastik

Karin Sahner, Telefon 02261 74396



### Männersport

Günter Marx, Telefon 02261 76602



## TSV 1888 Dieringhausen e.V.

Internet [www.tsvdieringhausen.de](http://www.tsvdieringhausen.de)  
E-Mail [info@tsvdieringhausen.de](mailto:info@tsvdieringhausen.de)

### Fitness und Gesundheit im TSV

(2 Gruppen für unterschiedliches Leistungsvermögen)

Werner Bubenzer, Telefon 02261 72746





## TV 1906 Hülsenbusch e.V.

Internet [www.tvhuelsenbusch.de](http://www.tvhuelsenbusch.de)

E-Mail [vorsitzende@tvhuelsenbusch.de](mailto:vorsitzende@tvhuelsenbusch.de)

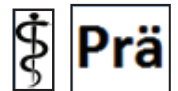
### Sport bei Diabetes

Monika Wallbaum-Stöber, Telefon 02261 93732



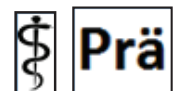
### Beckenbodengymnastik

Monika Wallbaum-Stöber, Telefon 02261 93732



### Rückenschule

Maike Klose, Telefon 02261 290006



## TV Strombach e.V. 1894

Internet [www.tv-strombach.de](http://www.tv-strombach.de)

### Fit bis ins hohe Alter 50+

Christiane Wernecke, Telefon 02261 64611



### Wirbelsäulengymnastik

Ulla Morwinsky, Telefon 02266 479225



### Frauenfitness

Heike Rademacher, Telefon 02261 64379





## Verein Gesundes Oberberg e.V.

E-Mail [Beate.Smietanski@klinikum-oberberg.de](mailto:Beate.Smietanski@klinikum-oberberg.de)

### Wassergymnastik

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Trockengymnastik

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Koronarsport

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Beckenbodengymnastik

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Pilates

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Rückenschule

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### HerzKreislauftraining

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Wassergymnastik

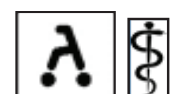
Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



### Muskelaufbau an Geräten

(mit Elementen von Ausdauer, Sturzprävention, Koordination und Gleichgewicht)

Tanja Wagenknecht, Telefon 02261 174000



## Verein für Sporttherapie und Gesundheitssport Oberberg e.V.

Internet [www.rehaktiv-oberberg.de](http://www.rehaktiv-oberberg.de)

E-Mail [praeventiv@rehaktiv-oberberg.de](mailto:praeventiv@rehaktiv-oberberg.de)

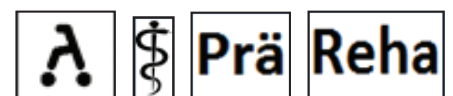
### Rehabilitationssport

Hans-Peter Dick, Telefon 02261 817550



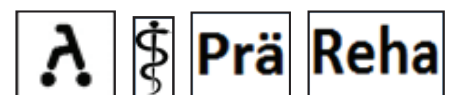
### Rückenschule

Hans-Peter Dick, Telefon 02261 817550



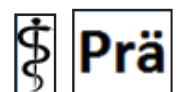
### Aktiv gegen Osteoporose

Hans-Peter Dick, Telefon 02261 817550



### Muskelentspannung

Hans-Peter Dick, Telefon 02261 817550



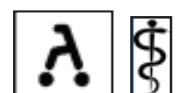
### Autogenes Training

Hans-Peter Dick, Telefon 02261 817550



### Aroha-Fitness

Irmgard Mehrbrodt, Telefon 0173 2079400



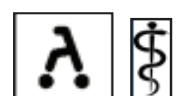
## VfL Berghausen-Gimborn 1949 e.V.

Internet [www.vflberghausen.de](http://www.vflberghausen.de)

E-Mail [martina.duester@t-online.de](mailto:martina.duester@t-online.de)

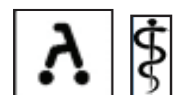
### Fit und Aktiv im Alter

Martina Düster, Telefon 02266 45227



### Bewegt älter werden

Kerstin Ihne, Telefon 02266 6576



# Hückeswagen



## ATV Hückeswagen e.V.

Internet [www.atv-hueckeswagen.de](http://www.atv-hueckeswagen.de)  
E-Mail [barbara.mueller@netic.de](mailto:barbara.mueller@netic.de)

### Seniorenport

Detlef Kietzmann, Telefon 02192 931560

---



### Gymnastik und Fitness

Elisabeth Franken, Telefon 02192 5303

---



### Aerobic Fitness

Barbara Müller, Telefon 02192 7017

---



### Gymnastik und Fitness (vormittags)

Betty Schäffer, Telefon 02192 6355

---





## Rehabilitations- und Behinderten-SG Hückeswagen e.V.

Internet [www.rbs-hueckeswagen.de](http://www.rbs-hueckeswagen.de)

E-Mail [Info@rbs-hueckeswagen.de](mailto:Info@rbs-hueckeswagen.de)

### Herzsport

RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Osteoporose

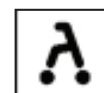
RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Wassergymnastik

RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Gymnastik

RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Diabetiker

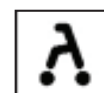
RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Schwimmen

RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha

### Boccia

RBS Geschäftsstelle, Telefon 02192 932000



Reha



## Turnerbund Hückeswagen 1887 e.V.

Internet [www.tb-hueckeswagen.de](http://www.tb-hueckeswagen.de)

E-Mail [1vorsitz@tb-hueckeswagen.de](mailto:1vorsitz@tb-hueckeswagen.de)

### Nordic-Walking

Erwin Graumann, Telefon 02192 5651



### Frauen ab 50

Marianne Erlhagen, Telefon 02192 82702



### Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule

Angelika Schnippering, Telefon 02192 7246



### Wandergruppe

Marianne Erlhagen, Telefon 02192 82702



### Frauengymnastik

Beate Schoß, Telefon 02267 658592 und  
Bettina Breidenbach, Telefon 02192 82407



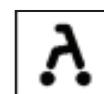
## TV Winterhagen 1928 e.V.

Internet [www.tv-winterhagen.de](http://www.tv-winterhagen.de)

E-Mail [heike.muehlinghaus@tv-winterhagen.de](mailto:heike.muehlinghaus@tv-winterhagen.de)

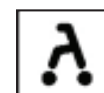
### Ausdauertraining und Rückenschule gemischt für Ältere

Monika Maresch, Telefon 02192 931426



### Rückenfit mit Pilates

Sabine Weiß, Telefon 02192 82549





# Lindlar



## Sportverein Linde 1957 e.V.

Internet [www.sv-linde.net](http://www.sv-linde.net)

E-Mail [info@sv-linde.net](mailto:info@sv-linde.net)

### **Gymnastik (Damen)**

Raphaele Hoffmann, Telefon 02266 3144



### **Gymnastik (gemischte Gruppe)**

Karl Egon Kremer, Telefon 02266 3423



### **Zumba und Entspannung**

Raphaele Hoffmann, Telefon 02266 3144



### **Fußball Ü50 - Ü60 (Sommer Naturrasen, Winter Halle)**

Siegfried Fabritius, Telefon 02266 2608



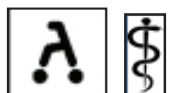
## SSV Süng 1931 e.V.

Internet [www.sve-hohkeppel.de](http://www.sve-hohkeppel.de)

E-Mail [w\\_dietz@t-online.de](mailto:w_dietz@t-online.de)

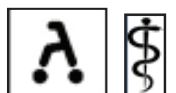
### **Seniorengymnastik**

Iris Otterbach, Telefon 02266 44354



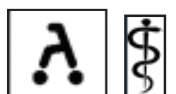
### **Seniorengymnastik**

Jutta Felder, Telefon 02266 6927



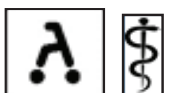
### **Seniorengymnastik**

Ursula Wolf, Telefon 02266 7083



### **Rückenschule**

Jenny Renner, Telefon 02266 4400842





## SV Eintracht Hohkeppel e.V.

Internet [www.sve-hohkeppel.de](http://www.sve-hohkeppel.de)

E-Mail [w\\_dietz@t-online.de](mailto:w_dietz@t-online.de)

### Pilates

Christa Hillburg, Telefon 0162 1656571



### Rückenfit

Daniela Pietsch, Telefon 02266 9017990



### Nordic-Walking

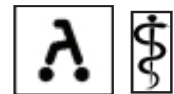
Erika Elsner, Telefon 02206 8525622



### Fit für's hohe Alter

(Sportkooperation mit der Annele-Meinerzhagen-Stiftung, Lindlar)

Gabriele Remshagen-Mielke, Telefon 02266 4400026



## TuS Lindlar 1925 e.V.

Internet [www.tus-lindlar1925.de](http://www.tus-lindlar1925.de)

E-Mail [info@tus-lindlar1925.de](mailto:info@tus-lindlar1925.de)

### Damengymnastik

Christa Schwerm-Fillep, Telefon 0175 6006989



### Wirbelsäulengymnastik

Hiltrud Kautz, Telefon 02266 2123



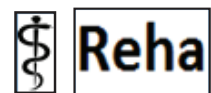
### Sport der Älteren

Claudia Vogt, Telefon 0157 38795979



### Herzsport

Frank Odenthal, Telefon 02266 4630120





## WCS Lindlar 1997 e.V.

Internet [www.wsc-lindlar.de](http://www.wsc-lindlar.de)

E-Mail [kurse@esc-lindlar.de](mailto:kurse@esc-lindlar.de)

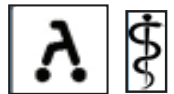
### Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



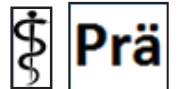
### Wassergymnastik für Anfänger

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



### Rücken & Relax

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



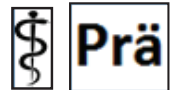
### Rückenfit

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



### Nordic-Walking

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



### Pilates

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



### Entspannung und Achtsamkeit

Heide Wagner, Telefon 02266 478904



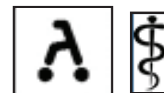
# Marienheide

**Rehasportverein Marienheide  
Kempershöhe 2014 e.V.**

E-Mail [rukberger@t-online.de](mailto:rukberger@t-online.de)

## **Sport für Ältere**

Klaus Berger, Telefon 02264 6201



---

## **Rehasport** (Orthopädie)

Klaus Berger, Telefon 02264 6201



# Morsbach



## Sportverein Morsbach 02/29 e.V.

Internet [www.sv-morsbach.de](http://www.sv-morsbach.de)

E-Mail [info@sv-morsbach.de](mailto:info@sv-morsbach.de)

---

### Herzsportgruppe

Monika Schneider, Telefon 02294 991313



Reha

---

### Gymnastik Damen

Christel Kaufmann, Telefon 02294 7906



---

### Alte-Herren-Turner (Volleyball)

Bernd Wagener, Telefon 02294 1088



# Nümbrecht



## Schwimmverein Nümbrecht e.V.

Internet [www.schwimmverein-nuembrecht.de](http://www.schwimmverein-nuembrecht.de)

E-Mail [info@schwimmverein-nuembrecht.de](mailto:info@schwimmverein-nuembrecht.de)

### **„Bahnschwimmen“ für die Gesundheit & Ausdauer**

(Erwachsenengruppe ab 18 Jahre)

Axel Neumann, Telefon 02293 913065



# Radevormwald



## Dahlerauer Turnverein 1889 e.V.

Internet [www.dahlerauer-tv.de](http://www.dahlerauer-tv.de)

E-Mail [miriha78@web.de](mailto:miriha78@web.de)

### Herzsport (2 Gruppen)

Mirjam Hartmann, Telefon 02195 9297075



### Gymnastik (u. a. bei Osteoporose)

Mirjam Hartmann, Telefon 02195 9297075



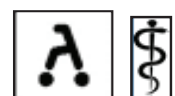
### Wassergymnastik (2 Gruppen)

Mirjam Hartmann, Telefon 02195 9297075



### Frauengymnastik

Kerstin Jahn, Telefon 02191 665878



### Funktionsgymnastik (Zielgruppe Männer)

Kerstin Jahn, Telefon 02191 665878



## Radevormwalder Schachverein 1925

Internet [www.schachverein-radevormwald.de](http://www.schachverein-radevormwald.de)

E-Mail [info@schachverein-radevormwald.de](mailto:info@schachverein-radevormwald.de)

**Schach spielen mit erfahrenen Vereinsspielern in  
entspannter und freundlicher Atmosphäre**

Michael Christmann, Telefon 02191 661280





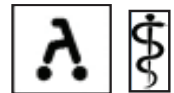
## TSV Schwarz-Weiß Radevormwald e.V.

Internet [www.tsv-radevormwald.de](http://www.tsv-radevormwald.de)

E-Mail [kontakt@tsv-radevormwald.de](mailto:kontakt@tsv-radevormwald.de)

### **Schwimmen: Breitensport Senioren**

Christiane Frankenbach, Telefon 02195 40344



### **Gymnastik Frauen ab 45**

Margit Horn, Telefon 02191 661248



### **Fit ab 50**

Uschi Brand, Telefon 02195 3934



### **Senioren halten sich fit durch Tanzen**

Frau Heyder, Telefon 02191 62907



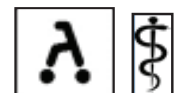
### **Walking**

Frau Keil, Telefon 02191 663108



### **Funktionsgymnastik Frauen**

Maria Brell, Telefon 02195 3305





# Reichshof



**SV Hunsheim e.V.**

E-Mail [sportverein-hunsheim@t-online.de](mailto:sportverein-hunsheim@t-online.de)

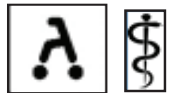
## **Fitness und Bewegung für Ältere**

Irmhild Klein, Telefon 02261 53750



## **Sport für Menschen mit Demenz**

Sandra Gerhard, Telefon 02261 58331



**WasserSport Hunsheim e.V.**

E-Mail [a.u.noelling@t-online.de](mailto:a.u.noelling@t-online.de)

## **Wassergymnastik gemischt** (Flachwasser)

Astrid Nölling, Telefon 02262 97424



## **Aquafitness** (Flachwasser)

Astrid Nölling, Telefon 02262 97424



## **Wassergymnastik Frauen** (Flachwasser)

Astrid Nölling, Telefon 02262 97424



## **Schwimmen Männer** (Flachwasser/Tiefwasser)

Astrid Nölling, Telefon 02262 97424



## Schwimmverein Waldbröl 35/39 e.V.

Internet [www.schwimmverein-waldbroel.de](http://www.schwimmverein-waldbroel.de)

E-Mail [sadmin@schwimmverein-waldbroel.de](mailto:sadmin@schwimmverein-waldbroel.de)

**Wassergymnastik** (Flachwasser, mehrere Kurse)

Erdmute Hübsche, Telefon 0151 178195655





## Kneipp-Verein Wiehl e.V.

Internet [www.kneippverein-Wiehl.de](http://www.kneippverein-Wiehl.de)  
E-Mail [info@kneippverein-wiehl.de](mailto:info@kneippverein-wiehl.de)

### Venengymnastik

Ruth Schröder, Telefon 02262 97580



### Qi Gong

Sigrid Schilm, Telefon 02262 92291



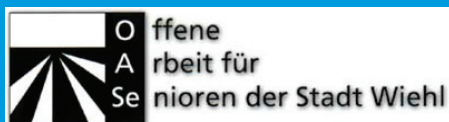
### Gesundheitsgymnastik

Marthel Unger, Telefon 02296 201



### Gruppentänze

Marthel Unger, Telefon 02296 201

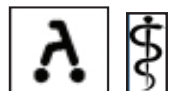


## OASE Stadt Wiehl

Internet [www.wiehl.de/buerger/soziales/oase](http://www.wiehl.de/buerger/soziales/oase)  
E-Mail [oase@wiehl.de](mailto:oase@wiehl.de)

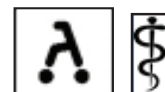
### „Fit für 100“-Bewegungsprogramm der Sporthochschule Köln zur Sturzreduzierung und Gleichgewichtsschulung

Sandra Peifer, Telefon 02262 797120 oder  
Elke Bergmann, Telefon 02262 797120



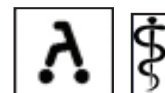
## **Gymnastik - „Bewegt älter werden“**

Sandra Peifer, Telefon 02262 797120 oder  
Elke Bergmann, Telefon 02262 797120



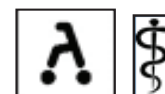
## **Wassergymnastik**

Sandra Peifer, Telefon 02262 797120 oder  
Elke Bergmann, Telefon 02262 797120



## **NADIA - Sport mit Demenzkranken und Angehörigen**

(in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln)  
Monika Wallbaum-Stöber, Telefon 02262 93732

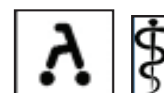


## **TuS Wiehl e.V.**

Internet [www.tus-wiehl.de](http://www.tus-wiehl.de)  
E-Mail [tus-wiehl@gmx.de](mailto:tus-wiehl@gmx.de)

## **Fitness 50plus**

Julia Thomas, Telefon 02262 712156



## **Standfest und stabil**

Ruth Schröder, Telefon 02262 97580



## **Wirbelsäulengymnastik**

Ruth Schröder, Telefon 02262 97580



## **Rücken-Fit**

Julia Aston-Prejmerean, Telefon 02293 80654



## **Fit und Gesund**

Julia Aston-Prejmerean, Telefon 02293 80654



## Cardio-Aktiv

Julia Aston-Prejmerean, Telefon 02293 80654



## Herbstzeitlose - Gesund und fit älter werden

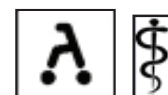
Ruth Stöcker-Schwan, Telefon 02262 92939



## NADIA - Sport mit Demenzkranken und Angehörigen

(in Zusammenarbeit mit der Deutschen Sporthochschule Köln)

Monika Wallbaum-Stöber, Telefon 02262 93732



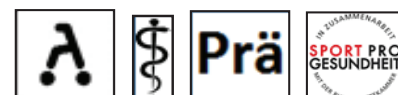
## Bewegung, Spiel und Sport für Diabetiker

Monika Wallbaum-Stöber, Telefon 02262 93732



## Gesundheitsförderung durch Nordic Walking

Ruth Stöcker-Schwan, Telefon 02262 92939



## Wiehltaler Leichtathletik Club 1981 e.V.

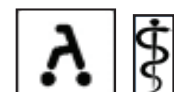
Internet [www.wiehltalerlc.de](http://www.wiehltalerlc.de)

E-Mail [info@wiehltalerlc.de](mailto:info@wiehltalerlc.de)

## Bewegung und Balance

(Sportkooperation mit dem AWO Seniorenheim Wiehl)

Klaus Heinen, Telefon 02261 72325



## Rehasport Lungensport (2 Gruppen)

Klaus Heinen, Telefon 02261 72325 und

Dr. Kerstin Bastian, Telefon 02262 91139



# Wipperfürth



## DJK Wipperfeld 1959 e.V.

Internet [www.djkwipperfeld.de](http://www.djkwipperfeld.de)

E-Mail [info@djkwipperfeld.de](mailto:info@djkwipperfeld.de)

### Damen-Gymnastik (Frauenturnen 2, 65+)

Anette Niederwipper, Telefon 02267 82116



### Damen-Gymnastik (Frauenturnen 3)

Carmen van den Heuvel, Telefon 02268 9082622



### Damen-Gymnastik (Frauenturnen 5)

Karla Grunow, Telefon 0172 7140490



### Pilates für Männer und Frauen

Carmen van den Heuvel, Telefon 02268 9082622



## SV-Wipperfürth 1970 e.V.

Internet [www.sv-wipperfuerth.de](http://www.sv-wipperfuerth.de)

E-Mail [info@sv-wipperfuerth.de](mailto:info@sv-wipperfuerth.de)

### Ambulanter Herzsport

Günter Breidenbach, Telefon 02267 7602



Reha

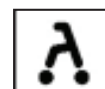
### Ambulanter Herzsport

Günter Breidenbach, Telefon 02267 7602



### Wassergymnastik

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



### **Wassergymnastik**

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



### **Rückenfitness**

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



### **Rückenfitness**

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



### **Gelenkschonende Gymnastik/Sitzgymnastik**

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



### **Rückenzirkel**

Rita Schneider, Telefon 02267 82794



## **VSG Wipperfürth e.V. - Verein für Sport und Gesundheit**

Internet [www.vsg-wipperfuerth.de](http://www.vsg-wipperfuerth.de)

E-Mail [vsgwipperfuerth@gmail.com](mailto:vsgwipperfuerth@gmail.com)

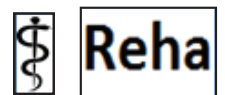
### **Sanfte und Entspannungsgymnastik**

Rosel Hussels, Telefon 02267 80741



### **Wirbelsäulengymnastik**

Ursula Osberghaus, Telefon 02267 80741



### **Wirbelsäulengymnastik**

Erland Osberghaus, Telefon 02267 80741





## TV Klaswipper von 1899 e.V.

Internet [www.tvklaswipper.de](http://www.tvklaswipper.de)

E-Mail [vorstand@tvklaswipper.de](mailto:vorstand@tvklaswipper.de)

### Fit im Alter 55 +

Anna Meier, Telefon 02269 9278129



### Nordic-Walking

Gisela Hemmert, Telefon 02269 180905



### Leichtathletik

Marianne Kraatz, Telefon 02269 693



### Pilates

Alexandra Gossmann, Telefon 02264 2000406



### Männerabteilung ab 60 Jahre

Klaus Kopperberg, Telefon 02269 329



### Tischtennis

Dieter Steinert, Telefon 02269 7676









OBERBERGISCHER KREIS  
**DER LANDRAT**

**AMT FÜR SOZIALE ANGELEGENHEITEN**