

## Die Sport-Angebote im Einzelnen:

### Gymnastik für Frauen 60plus:

Turnhalle Holteyer Str., donnerstags, 15.00-16.30 h

Leitung: Rosemarie Stoßberg

sowie

Sporthalle Auf dem Loh, donnerstags, 17.00-18.15 h

Leitung: Rosemarie Stoßberg

### Gymnastik & Spiel für Männer 60plus:

Turnhalle Holteyer Str., montags, 18.45-20.15 h

Leitung: Franz Trautmann

### "Aktiv im Gehen, Stehen und Sitzen"

für Frauen & Männer ab ca. 75 J.:

AKTIV PUNKT, donnerstags, 16.00-17.00 h

Leitung: Barbara Zimmermann

### Wassergymnastik für Frauen 60plus:

Bad i.d. Turnh. Holteyer Str., donnerstags, 16.30-17.15 h

Gruppe A; Leitung: Ralf Kick

Bad i.d. Turnh. Holteyer Str., donnerstags, 17.30-18.15 h

Gruppe C; Leitung: Stephan Semmerling

### Wassergymnastik für Frauen & Männer 60plus:

Bad i.d. Turnh. Holteyer Str., montags, 18.30-19.15 h

Gruppe B; Leitung: Ralf Kick

Bad i.d. Turnh. Holteyer Str., freitags, 18.00-18.45 h

Gruppe D; Leitung: Ralf Lick

### "Fit im vierten Viertel" f. Frauen & Männer ab etwa 75 J.:

Kraft-, Beweglichkeits- und Gleichgewichtstraining:

AKTIV PUNKT, dienstags, 16.00-17.00 h

Leitung: Monika Spengler

### Gesundheitsorientiertes Kraftgerätetraining:

wann und sooft Sie wollen; montags bis freitags von

09.00 bis 13.00 h und 15.00 bis 22.00 h, samstags von

12.00 bis 18.00 h; im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

### Spazieren gehen mit Vereinsmitgliedern:

montags von 14.00 - ca. 16.00 h ab Markplatz

**2018:** 05.03. - 19.03. - 09.04. - 23.04. - 07.05. - 28.05. -

11.06. - 25.06. - 09.07. - 23.07. - 06.08. - 20.08. -

03.09. - 17.09. - 01.10. - 15.10. - 29.10. - 12.11. -

26.11. - 10.12. (Ltg.: Monika Heuer & Monika Spengler)

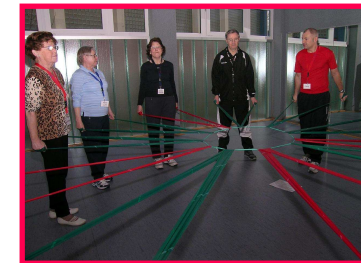
### Sie sind kein TVE-Mitglied?

Kein Problem! Kommen Sie einfach in die nächste Sportstunde und machen Sie gleich mit. Sie dürfen das Sportangebot (Ausnahme: Kraftgerätetraining, Kurse= vorherige Anmeldung erforderlich) einen Monat kostenlos ausprobieren, bevor Sie sich für eine Mitgliedschaft im TVE entscheiden müssen.

## Beitragsregelungen (Auszug)

Beitragsart	In welchem Fall?	Wieviel?
		€einmalig
Aufnahmegebühr	Neumitglieder, unabhängig vom Alter	8,00
Vereinsbeitrag: Einzelbeiträge		monatlich
Junge-Leute-Beitrag	Mitglieder im Alter von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind.	5,75 €
Einzelbeitrag Erwachsene ab 25 J.	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	6,25 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (wie z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden.	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere TVE-Mitglieder in einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie.	für 2 Mitglieder aus einer Familie: 10,50 €; für jedes weitere Mitglied: 2,75 € zusätzlich
Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.		

## 60plus und AKTIV im Leben!



Wir fördern ihre Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer, Geselligkeit, Lebensfreude und ihr Engagement.



Vielfältiges Sportangebot



Gruppenleben



Freizeitaktivitäten außerhalb des Sportbetriebs

## SPORT:

- 2 Gruppen Gymnastik für Frauen
- 1 Gruppe Gymnastik & Spiel für Männer,
- 4 Gruppen Wassergymnastik für Männer & Frauen
- 1 Gruppe "Aktiv im Gehen, Stehen und Sitzen" für Männer und Frauen (Hochaltrige)
- 1 Gruppe "Fit im vierten Viertel" (Hochaltrige)
- 2 Herzsport-Gruppen, 1 Gruppe "Krebs-Sport"
- (auch) für die Generation 60plus geeignete Kurse gesundheitsorientiertes Kraftgerätetraining

## SOZIALE BETREUUNG:

- Vereinsglückwünsche bei Geburtstagen  $\geq 50$  J.
- 60plus-Info-Abende (Recht, Gesundheit, Sicherheit)
- Kontaktpflege zu Gruppenmitgliedern durch die Gruppenleiter/-innen

## ENGAGEMENT:

- Möglichkeit des Engagements, z.B. im 60plus-Planungsteam oder bei sonstigen Projekten
- z.B. bei der Organisation und Durchführung von Gruppenfeiern

## GESELLIGKEIT & LEBENSFREUDE:

- Jeden Monat eine 60plus-Aktivität: eine Besichtigung, ein Ausflug, eine Reise oder eine Wanderung ....
- Gruppenfeiern, Gruppenausflüge, Gruppenwanderungen
- Jeden Monat mind. eine "50plus-Radel-tour mit Einkehr" (außer Dez. und Jan.)
- 14tägig: "Spazieren gehen"
- Großer Veranstaltungsraum im AKTIV PUNKT für Gruppenfeiern
- Halbjahreskurse "Tänze aus aller Welt"
- angeleitetes und betreutes Boule spielen

## ORGANISATORISCHE BETREUUNG:

- Mehr-Kanal-Kommunikation und -Information: Telefon, Fax, eMail, persönl. Besuch, Internet, App "TVE Burgaltendorf", Flyer, Rundschreiben, Presseartikel. Anruf- und Rundrufservice, Vereinszeitschrift
- durch direkte Ansprechpartner/-innen: Gruppenleiter- u. Gruppensprecher/-innen sowie Seniorenreferentin
- 63,5 Stunden in der Woche geöffneter Sport-, Freizeit- und Gesundheits-Treff (AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29) mit Büro