



SPORTFREUNDE 09 PUDERBACH E.V.

SPORT VERBINDET.



UNSER KURSANGEBOT



Eltern-Kind-Turnen

Bewegung, Spaß & Spiel: Gemeinsam aktiv werden und die kindliche Motorik in Bewegungslandschaften fördern.

Zumba

Ein Fitness-Training, das Tanzen, Koordination und Kalorien verbrennen miteinander verbindet – Spaß garantiert.



Handball

Der Handballsport in der Raiffeisenregion ist seit 2003 im Angebot des Vereins.

Kettlebell-Training

Effektives funktionelles Kettlebell-Training macht dich zur fittesten Version deiner selbst.



MEHR ZU UNSEREN KURSEN



Erfahre hier mehr über die individuellen Ansprechpartner, die Trainingszeiten oder die Trainingsorte unseres vielfältigen Angebots!



Kinderturnen

Die Kinder lernen Leichtathletik, Turnen und Ballspiele individuell angepasst in unterschiedlichen Altersgruppen kennen.

Volleyball

Volleyball mixed – bei dem temporeichen Teamsport für jung und alt steht der Spaß im Vordergrund.



Nordic-Walking

Die Kombination aus schonendem Ausdauertraining und Naturerlebnis macht diese Sportart so vielseitig.

Rehasport

Lerne durch Bewegung die eigene Bewegungsfähigkeit zu verbessern und den Verlauf von Krankheiten positiv zu beeinflussen.



Senioren sport

Dieses Sportangebot richtet sich an Menschen, die ihre Fitness, Beweglichkeit und Gesundheit auch in Zukunft erhalten wollen.

Schwimmen

Schwimmen im Verein: Lerne die richtige Technik und nimm für dein Team an Wettkämpfen teil.





Puderbacher Vereinsheim

Unser Vereinsheim lädt zum Beisammensein ein. Hier finden regelmäßig Feierlichkeiten unseres Vereins, Fortbildungen und Besprechungen statt.

KURZE VORSTELLUNG

Wir sind ein Breitensport-Verein mit über 700 Mitgliedern und einem vielfältigen Sportangebot für jede Altersklasse – vom Eltern-Kind-Turnen über Schwimmen und Zumba, bis hin zu Reha- und Seniorensport.

In der Verbandsgemeinde Puderbach beheimatet, stehen uns moderne Sportstätten und eigene Sportanlagen zur Verfügung.

Unser Verein blickt auf eine lange Tradition zurück. Am 19.05.1909 als Turnverein gegründet, stellt er sich seit über 100 Jahren den Herausforderungen veränderter Zeiten und dir stets mit Rat und Tat zur Seite.

Ob Mannschaft oder Einzeltraining – bei uns zählt Gemeinschaft, Bewegung und Spaß.

Welche Maßnahmen werden mit dem Mitgliedsbeitrag und den Spenden finanziell unterstützt?

- Trainerausbildung und Trainerfortbildung
- Bereitstellung von finanziellen Mitteln für qualifizierte und lizenzierte Trainer, insbesondere für unsere Jugend
- Nutzungsgebühren für Trainingsstätten
- Durchführung von attraktiven und zielführenden Trainingsmaßnahmen, wie Training durch externe Übungsleiter oder Trainingslager
- Bereitstellung von Trainingsutensilien und Ausrüstungsgegenständen
- Unterstützung für Jugendliche, die Sozialleistungen erhalten
- Veranstaltung von sportlichen und gesellschaftlichen Festen, die dem sportlichen und geselligen Miteinander und dem Zusammenhalt dienen
- Unterhaltung der eigenen Vereinsinfrastruktur



HIER FINDEST DU UNS

 www.sportfreunde-09-puderbach.de/

 [sportfreunde_puderbach](https://www.instagram.com/sportfreunde_puderbach)

 [Sportfreunde Puderbach](https://www.facebook.com/SportfreundePuderbach)

MITGLIED WERDEN

Du möchtest Teil der Sportfreunde 09 Puderbach werden? Über den nachfolgenden QR-Code (oder über unsere Seite www.sportfreunde-09-puderbach.de) gelangst du zu unserem Mitgliedsantrag.



Wie andere Vereine auch, lebt unser Verein von dem Engagement seiner Mitglieder.

Jede Woche aufs Neue machen unsere Übungsleiter*innen und Trainer*innen das große Sportangebot für Mitglieder und Interessierte erst durch ihren Einsatz möglich.

Aktuellen Trends folgend, wird unser Portfolio regelmäßig durch neue, dauerhafte oder temporäre Kursangebote ergänzt.

DEINE ANSPRECHPARTNER

Unser Vorstand steht dir bei Fragen rund um Mitgliedschaft, Sportangebote und Veranstaltungen gerne zur Seite.



Flyergestaltung mit freundlicher Unterstützung von Art of Jane – Photo & Design.