

FAMILIEN-SPORTVEREIN

Sportgemeinschaft Kaarst e.V.

Gegründet 1912

Die Sportgemeinschaft Kaarst mit ihrem umfangreichen Sportangebot, einem großartigen eigenem Sportzentrum, vielen ehrenamtlichen Helfern und hochmotivierten festangestellten Mitarbeitern ist einer der größten Sportvereine in Nordrhein-Westfalen und weit über die Stadtgrenzen hinaus für seine professionelle Sportarbeit bekannt.

Die SG Kaarst steht für die Verbesserung der Wettbewerbsfähigkeit und Lebensqualität seiner rund 5.500 Mitglieder in jedem Alter durch Bewegung, Sport und Spiel.



www.sg-kaarst.de



Stand: 10.01.2023

SPORTANGEBOTE

für weitere Familienmitglieder

- **Fitness-Studio**
- **Rehasport**
Herzsport | Lungen- u. Gefäßsport | Orthopädie
- **Sport für Jung und Alt**
- **Sportabzeichen**

Du findest uns auch auf:



und auch als App
im App Store/Googleplay Store:



Sportgemeinschaft Kaarst e.V.
Pestalozzistraße 3 a | 41564 Kaarst
Telefon 02131 51267-30 | Fax 02131 51267-51
info@sg-kaarst.com | www.sg-kaarst.de



SPORTANGEBOTE FÜR

Kinder
ab
6 Monate

Schwangere
ab
12. SSW

Mamas mit
Kind ab
4 Monate
bis 2 Jahre



Tel. 02131 51267-30
www.sg-kaarst.de

MamaFitness

Happy Bauch: **ab 12. SSW**
BauchBuggyGo: **Alter des Kindes
ab 4 Monate bis 2 Jahre**
BauchBeutelPo: **Alter des Kindes
ab 4 Monate
bis 2 Jahre**



Bewegungsangebote

Babyturnen: **ab ca. 6 Monate bis ca. 1 Jahr**
Mutter-Vater-Kind-
Turnen: **ab ca. 1 bis 4 Jahre**
Kinderturnen: **ab 3 bis 11 Jahre**
Yoga für Kinder: **ab 5 Jahre**



Klettern:
ab 3 Jahre
Anfänger und Einsteiger

Kunstturnen: **ab 4 Jahre**
Breitensport- und Leistungssportbereich
Akrobatik: **ab 6 Jahre**
Anfänger bis Fortgeschrittene |
Breitensport- und Leistungsorientiert



Tanz:
ab 3 Jahre
Anfänger bis Fortgeschrittene
Breitensport- und Leistungsorientiert

Ballsport / Mannschaftssport

Fußball: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Handball: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Basketball: **ab 6 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Volleyball: **ab 12 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Rückschlagsport

Badminton: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Tennis: **ab 6 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Tischtennis: **ab 8 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierspieler

Kampfsport

Judo: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierteilnehmer

Aikido: **ab 8 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierteilnehmer

Karate: **ab 8 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Turnierteilnehmer

Boxen: **ab 14 Jahre**
Anfänger bis fortgeschrittene Wettkampfteilnehmer

Kickboxen: **ab 14 Jahre**
Anfänger bis Fortgeschrittene

Individualsport

SkateSchule: **ab 3 Jahre**
Anfänger bis Fortgeschrittene

Fechten: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis Fortgeschrittene

Leichtathletik: **ab 6 Jahre**
Anfänger bis Wettkampfteilnehmer

Radsport: **ab 5 Jahre**
Anfänger bis Wettkampfteilnehmer

Schach: **ab 5 Jahre**
Denksport | Anfänger bis Fortgeschrittene
Turnierspieler

Schwimmen:
Nur Schwimmbildung
kein Wettkampfsportbetrieb **ab 5 Jahre**
Mutter-Vater-Kind-
Großeltern-Enkel-Schwimmen **ab 3 Jahre**

Einrad: **ab 6 Jahre**
Anfänger bis Fortgeschrittene

Tauchen: **ab 11 Jahre**
Tauchkurse für Anfänger bis Profis

Teen Fitness: **13 bis 15 Jahre**
Fitness-Training im Fitness-Studio für jugendliche Anfänger. Ab 16 Jahre ermäßigte Mitgliedschaft im Fitness-Studio.



Nutze direkt den QR-Code oder gehe über www.sg-kaarst.de auf das jeweilige Sportangebot und finde alle weiteren Infos und Flyer.