

Wintersport

Alpines Skifahren



Skilanglauf und Skiwandern



Snowboarding



Training

Montags:

Seniorenport

18:00 bis 19:00 Uhr

Turnhalle der Schule an der Ohmstraße

Dienstags:

Frauen und Männer

20:00 bis 21:00 Uhr Gymnastik

wechselndes Gesundheitsprogramm

Turnhalle der Schule an der Ohmstraße

Mittwochs:

Gymnastik für Frauen

20:00 bis 21:00 Uhr

Turnhalle der Schule an der Ohmstraße

Nordic Walking:

Im Sommer: 18:00 Uhr donnerstags

Im Winter: 10:00 Uhr sonntags

Treff an der Eis-Arena im Gysenberg

Schnee-Reisen

Einmal jährlich in die Alpen



Fahrrad-Touren

In Herne und seiner Umgebung,
meistens am Sonntag.

Tourenlängen von 35 bis 60 km



Wochenend-Radtouren
in schöne Gegenden
und mit gepflegter Unterkunft.
Natürlich mit jeder Menge Spaß.

