

Walking und Fahrradtouren im Angebot



Der SV Millingen unterbreitet im Rahmen des Projektes „Sport im Park“ vom Stadtsportverband Rheinberg bis zum September an jedem Samstag wieder ein einstündiges Walking-Angebot für Seniorinnen und Senioren. Das Treffen ist immer um 9.30 Uhr vor dem St. Thekla Haus, Am Park 11 in Rheinberg.

Als Übungsleiterin konnte Doris Michels gewonnen werden, die schon seit Jahren die Männersportgruppe "Männer 50+" des SV Millingen betreut und über entsprechende Ausbildungen verfügt.

Ganz gleich, ob man mit dem Rollator laufen möchte oder Walking bzw. Nordic Walking bevorzugt, jeder ist in dieser seniorengerechten Laufgruppe herzlich willkommen, die nach ungefähr einer Stunde, in der auch gymnastische Übungen eingeflochten werden, wieder das St. Thekla Haus erreicht.

Neu aufgenommen wurden Fahrradtouren in Kooperation mit dem ADFC Rheinberg. Die einzelnen Termine sind auf der Homepage des SV Millingen veröffentlicht und der Treffpunkt ist immer am Großen Markt in Rheinberg.

Eine Anmeldung oder Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich und eine Teilnahmegebühr wird nicht erhoben.

Weitere Auskünfte erteilt Ulrich Glanz, Tel. 0 28 43/69 95.