



UNSER PROGRAMM

2024

.SGM.

**ZENTRUM FÜR
GESUNDHEITSSPORT
& BREITENSport**

- SPORTGEMEINSCHAFT
- MONHEIM
- 1894/1968 e.V.

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger, liebe Mitmenschen in der Stadt Monheim am Rhein,

wir freuen uns sehr, dass Sie das neue Programmheft 2024 der Sportgemeinschaft Monheim in den Händen halten! Auch in diesem Jahr gibt es bei uns viel zu entdecken. Gleich zu Beginn möchten wir einen ganz besonderen Dank an alle unsere Mitglieder und Kursteilnehmenden sowie an unsere Freunde und Förderer richten – haben Sie vielen herzlichen Dank für Ihre Unterstützung und Ihre – teils langjährige – Treue!

In diesem Jahr präsentieren wir Ihnen wieder eine große Bandbreite von sportlichen Angeboten für Groß und Klein und Alt und Jung -kurzum ein vielfältiges Sportprogramm für die ganze Familie. Als mitgliederstärkster Verein unserer Stadt sind wir in den vielen Sporthallen der Stadt Monheim, und unserer vereinseigenen SGM-Halle, vertreten. Die SG Monheim steht für Sportarten verschiedenster Disziplinen und bietet zudem ein breites Kursangebot, an dem auch Nichtmitglieder teilnehmen können. Die Vielfalt und die Qualität unseres Sportprogramms werden durch unsere zahlreichen qualifizierten Trainerinnen und Trainern sichergestellt –denen wir an dieser Stelle für ihr Engagement und die gute Zusammenarbeit noch einmal ganz herzlich danken möchten!

Und jetzt sind Sie dran: wir möchten Sie herzlich einladen sich unser Programmheft anzuschauen. Bestimmt ist auch für Sie ein passendes Angebot dabei. Ob Sie eine mitreißende Freizeitbeschäftigung suchen, neue Kontakte knüpfen möchten, oder etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden tun möchten, bei uns sind Sie genau richtig!

Wir heißen Sie als Mitglied oder Gast herzlich willkommen und würden uns sehr freuen, wenn Sie Ihre Sportart, Ihren Sportkurs oder Ihr Bewegungsangebot bei uns finden!

Sport verbindet – machen Sie mit!



Jugendwartin – Geschäftszimmer
Sigrid Scheerhans

Telefon: (02173) 5 48 43
Fax: (02173) 93 83 20
sigrid.scheerhans@sgm-monheim.de



Geschäftszimmer
Désirée Koolen

Telefon: (02173) 5 48 43
Fax: (02173) 93 83 20
desiree.koolen@sgm-monheim.de



Geschäftszimmer
Anja Hochberger

Telefon: (02173) 5 48 43
Fax: (02173) 93 83 20
anja.hochberger@sgm-monheim.de

Sportgemeinschaft Monheim 1894 / 1968 e.V.

Lichtenberger Str. 10
40789 Monheim am Rhein

Telefon: (02173) 5 48 43
Fax: (02173) 93 83 20

www.sgm-monheim.de
info@sgm-monheim.de



Sprechstunden Geschäftszimmer

Mo, Di, Do, Fr, von 9.30 – 11.30 Uhr
und jeden 1. Mittwoch im Monat
von 18.30 – 20.30 Uhr

Mitglied bei der SGM

Aufnahmegebühren: Stand: Januar 2024, Änderungen möglich. Aktuelle Preise siehe Homepage.

Kinder und Jugendliche bis 17 Jahre
Erwachsene ab 18 Jahre

10,00 €
10,00 €

Mitgliedsbeiträge: Stand: Januar 2024, Änderungen möglich. Aktuelle Preise siehe Homepage.

der Fachsport-
Abteilungen

Kinder und Jugendliche
bis 17 Jahre
vierteljährlich

Erwachsene
ab 18 Jahre
vierteljährlich

Aikido	14,00 €	25,00 €
Ballsport	21,00 €	21,00 €
Basketball	10,00 €	13,00 €
Behindertensport	11,00 €	17,00 €
Boxen	30,00 €	40,00 €
Einrad-Hockey	10,00 €	15,00 €
Handball	14,00 €	24,00 €
Inline-Skater-Hockey	45,00 €	60,00 €
Judo	19,00 €	25,00 €
Karate	19,00 €	25,00 €
Lacrosse	21,00 €	27,00 €
Leichtathletik	28,50 €	28,50 €
Schwimmen	30,00 €	30,00 €
Turnen Jazz Ballett	23,50 €	28,50 €
Tischtennis	15,00 €	21,00 €
Volleyball	21,00 €	21,00 €
Walking, Nordic-Walking	14,00 €	19,00 €

Bei einer Voll-Mitgliedschaft von **Familien** ist ab dem dritten Vereinsmitglied unter 15 Jahren die **Aufnahmegebühr von 10,00 €** und ein **Jahresbeitrag von 25,00 €** für Sporthilfeversicherung und Verbandsabgaben zu zahlen. Passive Mitglieder zahlen **25,00 €** im Jahr. Sonderbeiträge können je Abteilung festgelegt werden. Aufnahmegebühren und Mitgliedsbeiträge werden durch Erteilung eines Mandates zum SEPA-Lastschriftverfahren **vierteljährlich erhoben**. Für privates Eigentum wird keine Haftung übernommen. Abmeldungen aus der SG Monheim können nur schriftlich erfolgen. Die Einzugsermächtigung gilt bis zum satzungsgemäßen Austritt aus der SG Monheim. Eine Rückerstattung von Beiträgen ist ausgeschlossen. Kosten für deckungslose Lastschriften oder falsche Angaben gehen zu Lasten des Mitgliedes. **Kontoänderung oder Wohnungswechsel bitte unverzüglich der SG Monheim schriftlich mitteilen.**

Bankverbindungen:

Stadtparkasse Düsseldorf | IBAN: DE97 3005 0110 0087 0044 61 | BIC: DUSDEDDXXX

VR-Bank e.G | IBAN: DE26 3056 0548 0001 0610 11 | BIC: GENODE33NLD



In der Region für die Region.

Ein Geldkreislauf, der gut für alle ist.

Jeder uns anvertraute Euro fließt wieder zurück in den Geldkreislauf der Region. So fördern wir nachhaltig die Wertschöpfung und Entwicklung vor Ort. Mehr zu uns als Sparkasse und zum Thema Nachhaltigkeit erfahren Sie unter [sskduesseldorf.de](https://www.sskduesseldorf.de)



**Stadtparkasse
Düsseldorf**

Weil's um mehr als Geld geht.

1 Name

- 1.1 Der Verein führt den Namen Sportgemeinschaft Monheim 1894 / 1968 e.V.

2 Zweck

- 2.1 Der Zweck des Vereins ist die Förderung des Sports.

3 Gemeinnützigkeit

- 3.1 Die SGM verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts "Steuerbegünstigte Zwecke" der Abgabenordnung.

5 Erwerb der Mitgliedschaft

- 5.1 Mitglied des Vereins können alle natürlichen und juristischen Personen werden.
 5.2 Die Mitgliedschaft wird durch Aufnahme erworben. Es ist ein schriftlicher Aufnahmeantrag an den Verein zu richten. Die Aufnahme in den Verein ist davon abhängig, dass sich das Mitglied für die Dauer der Mitgliedschaft verpflichtet, am SEPA-Lastschriftverfahren teilzunehmen.
 5.3 Der Aufnahmeantrag eines Minderjährigen bedarf der schriftlichen Einwilligung der gesetzlichen Vertreter. Mit der Einwilligung wird die Zustimmung zur Wahrnehmung der Mitgliederrechte und -pflichten durch das minderjährige Mitglied erteilt. Die gesetzlichen Vertreter der minderjährigen Vereinsmitglieder verpflichten sich mit der Unterzeichnung des Aufnahmeantrags für die Beitragspflichten des Minderjährigen bis zur Vollendung des 18. Lebensjahrs persönlich gegenüber dem Verein zu haften.

7 Beendigung der Mitgliedschaft

- 7.1 Die Mitgliedschaft endet
 - durch Austritt aus dem Verein (Kündigung);
 - durch Ausschluss aus dem Verein (§ 8);
 - durch Streichung aus der Mitgliederliste;
 - durch Tod;
 7.2 Der Austritt aus dem Verein erfolgt durch schriftliche Erklärung an die Geschäftsadresse des Vereins. Der Austritt kann mit einer Kündigungsfrist von vier Wochen zum Quartalsende erklärt werden.
 7.3 Bei Beendigung der Mitgliedschaft, gleich aus welchem Grund, erlöschen alle Ansprüche aus dem Mitgliedschaftsverhältnis. Noch ausstehende Verpflichtungen aus dem Mitgliedschaftsverhältnis, insbesondere ausstehende Beitragspflichten, bleiben hiervon unberührt. Vereinseigene Gegenstände sind dem Verein herauszugeben oder wertmäßig abzugelten. Dem austretenden Mitglied steht kein Anspruch auf Rückzahlung überzahlter Beiträge zu.

9 Beiträge und Gebühren

- 9.1 Die Mitglieder sind verpflichtet, Beiträge zu zahlen. Es können zusätzlich Aufnahmegebühren, Umlagen, Kursgebühren, Sonderbeiträge, Gebühren für bestimmte Leistungen des Vereins sowie abteilungsspezifische Beiträge erhoben werden.
 9.2 Über Höhe und Fälligkeit der Mitgliedsbeiträge entscheidet die Abteilungsversammlung. Umlagen können bis zur Höhe des Dreifachen des jährlichen Mitgliedsbeitrages festgesetzt werden. Über Höhe und Fälligkeit der Umlagen und Gebühren entscheidet der geschäftsführende Vorstand. Beschlüsse über Umlagen und Gebühren sind den Mitgliedern bekannt zu geben.

13 Die Mitgliederversammlung

- 13.2 Eine Mitgliederversammlung findet mindestens einmal im Kalenderjahr statt.
 13.3 Die Mitgliederversammlung wird vom geschäftsführenden Vorstand unter Einhaltung einer Frist von zwei Wochen unter Angabe der Tagesordnung einberufen. Die Einberufung geschieht durch Veröffentlichung im Monheimer Wochenanzeiger und auf der vereinseigenen Internetseite.

Die Tagesordnung setzt der geschäftsführende Vorstand durch Beschluss fest.

Es sind alle Mitglieder zur Teilnahme einzuladen. Ist eine Beschlussfassung zu einer Änderung der Satzung vorgesehen, erfolgt die Einladung in Textform per E-Mail oder per Brief.

- 13.5 Jede ordnungsgemäß einberufene Mitgliederversammlung ist unabhängig von der Anzahl der erschienenen Mitglieder beschlussfähig.
 13.10 Jedes Mitglied hat mit Vollendung des 16. Lebensjahres in der Mitgliederversammlung ein Stimmrecht. Wählbar ist jedes Mitglied mit Vollendung des 18. Lebensjahres. Jedes stimmberechtigte Mitglied hat eine Stimme. Das Stimmrecht kann nur persönlich ausgeübt werden und ist nicht übertragbar.
 13.11 Alle Mitglieder des Vereins können bis zum 31.01. eines Jahres Anträge zur Tagesordnung der Mitgliederversammlung mit Begründung beim geschäftsführenden Vorstand einreichen. Die Anträge sind schriftlich zu formulieren. Später eingehende Anträge können auf der Mitgliederversammlung grundsätzlich nicht berücksichtigt werden.

15 Der geschäftsführende Vorstand

- 15.2 Vorstand i.S. des § 26 BGB sind der 1. Vorsitzende, der 1. stellvertretende Vorsitzende, der 2. stellvertretende Vorsitzende und der Schatzmeister.
 15.3 Der Verein wird durch je zwei Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes nach § 26 BGB gemeinsam gerichtlich und außergerichtlich vertreten.
 15.6 Die Mitglieder des geschäftsführenden Vorstandes werden einzeln gewählt. Die Amtsdauer beträgt zwei Jahre. Wiederwahl ist zulässig.

17 Abteilungen

- 17.1 Innerhalb des Vereins können für unterschiedliche sportliche Aktivitäten Abteilungen eingerichtet werden. Die Abteilungen sind rechtlich unselbstständige Untergliederungen des Vereins. Der geschäftsführende Vorstand kann die Gründung und Schließung von Abteilungen beschließen.
 17.2 Jede Abteilung wählt für die Dauer von zwei Jahren einen Abteilungsleiter sowie einen stellvertretenden Abteilungsleiter. Unverzüglich nach einer Wahl ist das Ergebnis dem geschäftsführenden Vorstand anzuzeigen.

18 Vereinsjugend

- 18.1 Die Jugend des Vereins ist die Gemeinschaft aller Mitglieder bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres. Sie ist zuständig für alle Jugendangelegenheiten des Vereins. Zur Vereinsjugend zählen ebenso alle für den Jugendbereich gewählten oder dort tätigen Mitarbeiter.
 18.2 Die Jugend des Vereins führt und verwaltet sich selbständig und entscheidet unter Berücksichtigung der Gemeinnützigkeit über die ihr über den Haushalt des Vereins zufließenden Mittel.

24 Auflösung

- 24.1 Die Auflösung des Vereins kann nur in einer zu diesem Zweck einberufenen Mitgliederversammlung beschlossen werden. Zur Auflösung des Vereins ist eine Mehrheit von drei Viertel der abgegebenen gültigen Stimmen erforderlich.

25 Gültigkeit dieser Satzung

- 25.1 Diese Satzung wurde durch die Mitgliederversammlung am 22.06.2017 beschlossen.
 25.2 Diese Satzung tritt mit Eintragung in das Vereinsregister in Kraft.

40789 Monheim am Rhein, im Januar 2024.

UNSERE KURSE GESUND UND FIT durchs Jahr



An unseren Kursen können auch Nichtmitglieder teilnehmen.

Termine, Kursgebühren und Anmeldungen erhalten Sie über das Geschäftszimmer, Tel. (02173) 5 48 43

Kursangebote

Zumba

Tanz nach latein-amerikanischer Musik.
Zumba wirkt positiv auf Körper und Geist und verbraucht viele Kalorien.

Donnerstag 19.00 Uhr Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

Reha | Orthopädie und Neurologie

Gesundheit ist keine Selbstverständlichkeit.

Auf Anfrage. Auskunft im Geschäftszimmer unter Telefon (02173) 5 48 43



Sport ab 55+

Bewegung, Spiel und Sport, wobei die körperliche, psychische und soziale Gesundheit im Zentrum steht.

Donnerstag 10.00 Uhr oder 11.00 Uhr SGM-Halle

Wirbelsäulengymnastik

Für Personen mit allgemeinen Beschwerden im Rückenbereich, zur Entlastung und Beweglichmachung der Wirbelsäule.

Montag 10.30 Uhr SGM-Halle
Donnerstag 9.00 Uhr SGM-Halle

Pilates

Eine Trainingsmethode für mehr Balance im Körper.

	Dienstag	9.00 oder 10.00 Uhr	SGM-Halle
Senioren	Dienstag	11.00 Uhr	SGM-Halle
	Mittwoch	17.30 oder 18.30 oder 19.30 oder 20.30 Uhr	SGM-Halle

Fit und Fun

Spaß und Bewegung mit Musik im Fettverbrennungsbereich; Kräftigungseinheiten für Bauch, Rücken, Po, Arme und Brust.

Mittwoch 8.30 Uhr SGM-Halle

Faszien-Fitness

Das Bindegewebe wird gelockert durch Zugbelastungen und Dehnübungen, sowie Aufbauübungen zur Erhaltung des gelockerten Bindegewebes.

Freitag 10.00 Uhr SGM-Halle

Schmerzreduzierung nach der Liebscher & Bracht Methode

Die Engpassdehnung nach Liebscher & Bracht, sowie eine Faszien-Rollmassage beseitigen die eingeschränkten Bewegungen und verfilzten Faszien und stellen das muskeldynamische Gleichgewicht wieder her.

Mittwoch 10.00 Uhr SGM-Halle



vrbankeg.de



**Ein Beitrag für
den Klimaschutz.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Regionales Engagement für den Wald.

Wir sind Teil der Klima-Initiative „Morgen kann kommen“ und spenden für das Baumpflanzprojekt „Wurzeln“ in Partnerschaft mit der Schutzgemeinschaft Deutscher Wald e.V. 1.500 Setzlinge aus den Reinertragsmitteln des Gewinnsparens.



Kursangebote

An unseren Kursen können auch Nichtmitglieder teilnehmen.

Termine, Kursgebühren und Anmeldungen erhalten Sie über das Geschäftszimmer, Tel. (02173) 5 48 43

Fit mit Kid

Eine Zusammenarbeit mit MoKi. Gleichzeitige Kinderbetreuung möglich.

Montag 8.30 oder Freitag 9.00 Uhr SGM-Halle

Tagesmütter mit ihren Kindern

Spiel und Spaß

Montag 10.00 Uhr oder Mittwoch 9.30 Uhr Sporthalle Wilhelm-Busch

Eltern & Krabbelkinder

Gemeinsamer Spaß mit Krabbelkindern auch mit musikalischer Unterstützung. Umgang mit Geräten und Alltagsmaterialien. Kinder ab lauffähigem Alter.

Samstag 9.30 Uhr oder 10.30 Uhr Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

Änderungen siehe www.sgm-monheim.de/kurse

Was nutzt die perfekteste Technik, wenn einem keiner zeigt, wie sie funktioniert.

Project2000 bietet Ihnen nicht nur die perfekte Präsentations- und Medientechnik, sondern vor allem das komplette Know-how, um diese optimal einzusetzen. Bei Schulungen, im Beruf oder im eigenen Heimkino.



Project2000

Project2000 GmbH | GF Thomas Heckrath
Louise-Schröder-Weg 8 | 40789 Monheim
Tel. 02173 963 228-0 | www.project-2000.de



Handball

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiter Michèle Gebhardt

Telefon: (0151) 40 80 57 42
m.gebhardt@sgmhandball.de
www.sgmhandball.de

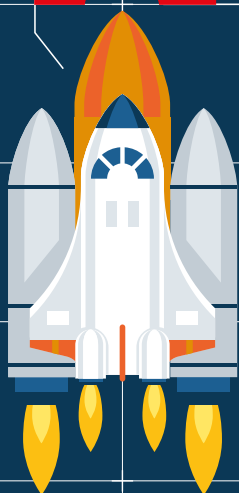
Damen	2005 und älter		
	Montag	20.30 – 22.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
	Mittwoch	20.30 – 22.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
Herren I	2005 und älter		
	Dienstag	19.30 – 21.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
	Donnerstag	20.30 – 22.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
Herren 2	2005 und älter		
	Montag	19.15 – 20.30 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
	Donnerstag	19.15 – 20.30 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
Jugend D	Jahrgang 2012/2011		
	Montag	18.15 – 19.15 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
	Mittwoch	18.15 – 19.15 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
Jugend E	Jahrgang 2014/2013		
	Montag	18.15 – 19.15 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
	Mittwoch	18.15 – 19.15 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
Jugend F Ballgruppe	Jahrgang 2016/2015 und jünger		
	Dienstag	18.15 – 19.30 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium

Die Handballsaison geht von September bis April, daher sind Änderungen möglich.
Diese können unter www.sgmhandball.de eingesehen werden.

DAS SCHNELLSTE INTERNET IN MONHEIM AM RHEIN!

Datenübertragung in Lichtgeschwindigkeit mit garantierter Leistung!

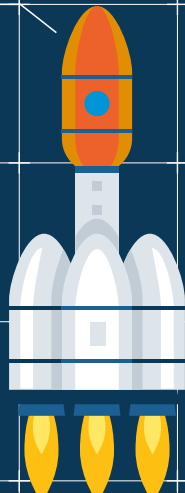
500 Mbit/s
und 800 Mbit/s
6 MONATE
19,99*



800/400 MBIT/S

800
MBIT/S

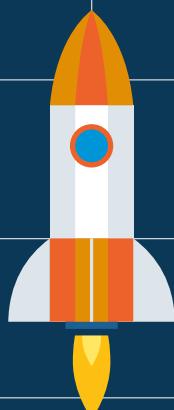
~~74,99~~



500/250 MBIT/S

500
MBIT/S

~~54,99~~



250/125 MBIT/S

250
MBIT/S

~~39,99~~

JETZT IHREN HEIMVORTEIL SICHERN!

- MEGA MULTIMEDIA - Ihr Servicepartner vor Ort
- 30 HDTV Programme & über 200 TV- und Radiosender
- Bestmögliche Nutzung aller Internet-Medieninhalte
- Nähere Informationen unter: +49 2173 9520-222 • info@mega-monheim.de
- Garantierte Bandbreite (bis 800 Mbit/s)
- Telefon-Flat ins deutsche Festnetz
- www.mega-monheim.de

* Preis für Internet und Telefonie, je Monat. Gültig nur für Neukundinnen und Neukunden. Mindestvertragslaufzeit 24 Monate. Verfügbarkeit des Glasfaseranschlusses vorausgesetzt. Der monatliche Grundpreis für ein Glasfaser 500/250 Mbit/s Paket bei Einfamilienhäusern/Mehrfamilienhäusern wird 6 Monate nur mit 19,99 EURO/mtl. berechnet. Ab 7. Monat regulärer Preis von 54,99 EURO. Der monatliche Grundpreis für ein Glasfaser 800/400 Mbit/s Paket bei Einfamilienhäusern/Mehrfamilienhäusern wird 6 Monate nur mit 19,99 EURO/mtl. berechnet. Ab 7. Monat regulärer Preis von 74,99 EURO.



Inline-Skater-Hockey

Abteilungsleitung:
André Linscheid, Telefon: (0152) 52 64 50 66
Michael Kamp, Telefon: (0152) 59 57 52 25
abteilungsleitung@monheim-skunks.de



Bambinis



Schüler



Jugend

Bambinis

5-9 Jahre

Donnerstag 18.00 – 19.15 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Samstag 12.30 – 14.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Schüler

10-12 Jahre

Montag 18.00 – 19.30 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Mittwoch 18.00 – 19.15 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Samstag 11.00 – 12.30 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Jugend

13-15 Jahre

Mittwoch 19.15 – 20.30 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Donnerstag 19.15 – 20.30 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Samstag 14.00 – 15.30 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Junioren

16-18 Jahre

Montag 19.30 – 21.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Donnerstag 20.30 – 22.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Herren

ab 18 Jahre

Mittwoch 20.30 – 22.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße
Samstag 15.30 – 17.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Hobbys

(außer an Spieltagen)
Sonntag

Damen und Herren

19.30 – 22.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Anfänger

Freitag

Damen und Herren

20.00 – 22.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Laufersschule ab 3 Jahren

Anmeldung unter laufschule@monheim-skunks.de
Sonntag 10.00 – 11.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Hockeyvorschule ab 3 Jahren

Anmeldung unter vorschule@monheim-skunks.de
Sonntag 11.00 – 12.00 Uhr Sporthalle 1+2 PUG, Falkenstraße

Ligabetrieb

Kurs

Der Wegweiser für Ihre Gesundheit!

- . Freundliche und kompetente Beratung durch ein professionelles Team
- . Digitale Bestellmöglichkeiten per App oder Email, Einlösung von e-Rezepten
- . Öffnungszeiten täglich von 7:30 bis 19:00 sowie Samstags von 8:00 bis 14:00
- . Kostenloser Lieferservice
- . Aktionstage zum Thema Gesundheit und Prävention
- . Medikationsanalysen, Blutuntersuchungen, Risikoerfassung Blutdruck, Üben von Inhalations-techniken
- . Kosmetikbehandlungen und Fußpflege im apotheken-eigenen Studio
- . Maßanfertigung von Kompressionsstrümpfen
- . Verleih von Blutdruckmessgeräten sowie Intervall-Milch-pumpen, Inhalationsgeräten und Babywaagen

Und wie können wir Ihnen weiterhelfen?



RHEIN APOTHEKE
Dr. Kornelia Geißler
Krischerstraße 11
40789 Monheim
Telefon 02173-952190

www.rhein-apotheke-monheim.de



Einrad-Hockey

Auskunft erhalten Sie bei:
Timo Schneider

Telefon: (0163) 77 20 677
einradhockey@sgm-monheim.de

Offenes Training

Bei dieser rasanten Ballsportart kommt es auf Balance und Teamgeist an! Gespielt wird in gemischten Mannschaften allen Alters, mit Eishockeyschläger und Tennisball. Interessierte Sportler sind gerne gesehen, auch ohne Einradhockeyerfahrung. Vorherige Anmeldung erwünscht.

Sonntag 20.00 - 21.00 Uhr Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium



Tischtennis

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Jutta Binnebesel

Telefon: (02173) 5 48 43
tischtennis@sgm-monheim.de

Tischtennis

Wer Spaß am Tischtennis hat und sich mit Gleichgesinnten zum Spiel treffen möchte, ist hier in unserer Tischtennisabteilung herzlich willkommen.

Kinder und Erwachsene

Montag 16.30 – 19.30 Uhr Sporthalle Hermann-Gemeiner-Schule



Ballsport

Auskunft erhalten Sie bei:
Harald Vollmer

Telefon: (02173) 5 48 43
ballsport@sgm-monheim.de

Lust auf Ballspiele?

Viele Ballsportarten wie Volleyball, Fußball, etc. werden im Wechsel gespielt. Wer Spaß am Umgang mit dem Ball hat, ist herzlich willkommen.

Erwachsene Montag 19.30 – 21.00 Uhr Sporthalle Hermann-Gemeiner-Schule

Unser Herz schlägt für alle Sportbegeisterten.

Auch in Monheim.

Deshalb fördern wir in und um Düsseldorf die unterschiedlichsten Sportvereine. Damit beim Sport auch Ihr Herz höherschlägt.

Mitten im Leben.

Basketball

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiter Jens Brumund

Telefon: (02173) 68 59 911
basketball@sgm-monheim.de

Hobby - Basketball für Damen und Herren

von 17 Jahre bis... ohne Altersbegrenzung

Dienstag	20.00 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße
Freitag	19.30 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße

Lacrosse

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Alessia Prinz

Telefon: (02173) 5 48 43
lacrosse@sgm-monheim.de

Lacrosse

Lacrosse ist ein Mannschaftssport, der mit Lacrosseschläger und einem Hartgummiball gespielt wird. Gespielt wird in der 2. Bundesliga. Ein Einstieg ohne Vorkenntnisse ist jederzeit möglich.

Wintertraining

6 – 13 Jahre	Sonntag	17.00 – 18.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium
ab 14 Jahren	Sonntag	18.00 – 20.00 Uhr	Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium

Sommertraining

6 – 13 Jahre	Sonntag	17.00 – 18.00 Uhr	Sportplatz Jahn-Stadion
ab 14 Jahren	Dienstag	17.30 – 19.00 Uhr	Sportplatz Jahn-Stadion
	Sonntag	18.00 – 20.00 Uhr	Sportplatz Jahn-Stadion

Boxen

Auskunft erhalten Sie:
im Geschäftszimmer

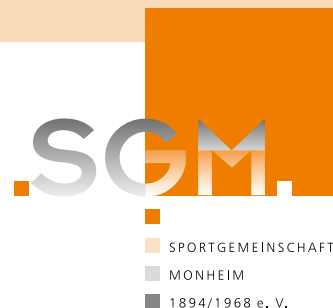
Telefon: (02173) 5 48 43
boxen@sgm-monheim.de

Training für Anfänger und Fortgeschrittene

ab 12 Jahren, für Mädchen und Jungen

Samstag	11.30 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Sonntag	12.00 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch

☐ Aufnahme ☐ Ummelde-Antrag



in die Fachsportabteilung

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ Aikido | ☐ Handball | ☐ Turnen |
| ☐ Ballsport | ☐ Inline-Skater-Hockey | ☐ Tischtennis |
| ☐ Ballett/Jazzdance | ☐ Judo | ☐ Volleyball |
| ☐ Basketball | ☐ Karate | ☐ Walking/
Nordic-Walking |
| ☐ Behindertensport | ☐ Lacrosse | ☐ |
| ☐ Boxen | ☐ Leichtathletik | |
| ☐ Einrad-Hockey | ☐ Schwimmen | |

☐ aktiv ☐ passiv

Pflichtangaben:

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Ort:

Telefon*: Geburtsdatum:

E-Mail*: ☐ m ☐ w ☐ d

* Freiwillige Angabe. Informationen über Kursausfälle werden ausschließlich per E-Mail mitgeteilt!

Erklärung zum Datenschutz / Einwilligung

Hiermit erteile ich die Einwilligung, dass die Sportgemeinschaft Monheim 1894/1968 e.V. persönliche Informationen von mir, die im Zuge einer Veranstaltung oder im normalen Vereinsbetrieb entstanden sind, für folgende Publikationen des Vereins speichern, verbreiten und veröffentlichen darf. Dazu zählen z.B. Bilder, Videos, Teilnahmen oder Platzierungen.

Ja	Nein	
☐	☐	Printmedien des Vereins
☐	☐	Soziale Netzwerke (Facebook, Youtube etc.)
☐	☐	Internetauftritt des Vereins
☐	☐	Pressebereich (Nutzung durch die lokale Presse mit Verweis auf den Verein)

Bitte ankreuzen!

Es besteht und ergibt sich kein Haftungsanspruch gegenüber dem Verein für Art und Form der Nutzung seiner Internetseite oder derjenigen Dritter, z. B. für das Herunterladen von Bildern und deren anschließender Nutzung durch Dritte.

Mir ist bekannt, dass diese Einwilligung jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen werden kann. Der Widerruf ist (nach Möglichkeit in Schriftform) zu richten an die SG Monheim, Lichtenberger Str. 10, 40789 Monheim am Rhein, oder info@sgm-monheim.de.

.....
Datum Unterschrift (Bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten)

SEPA-Lastschrift-Mandat

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE28ZZZ00000433346
 Laut Beschluss der Mitgliederversammlung von 1970 werden alle Beiträge per Bankeinzugsverfahren erhoben. Ich ermächtige die Sportgemeinschaft Monheim, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Sportgemeinschaft Monheim auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Das SEPA-Lastschrift-Mandat gilt ab sofort bis zum satzungsmäßigen Austritt aus der SGM. Kosten für deckungslose Lastschriften oder falschen Angaben gehen zu meinen Lasten. Die Satzung und Ordnungen der SGM erkenne ich an. Einen Austritt aus der SGM und eine Kontoänderung oder Wohnungswechsel teile ich der SGM unverzüglich schriftlich mit.

Für privates Eigentum wird keine Haftung übernommen.
 Die Datenschutzordnung (einsehbar auf der Homepage und im Geschäftszimmer) habe ich gelesen und bin mit der Speicherung meiner Daten einverstanden.

Name (Kontoinhaber):

Straße: PLZ/Ort:

IBAN:

D	E																		
---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

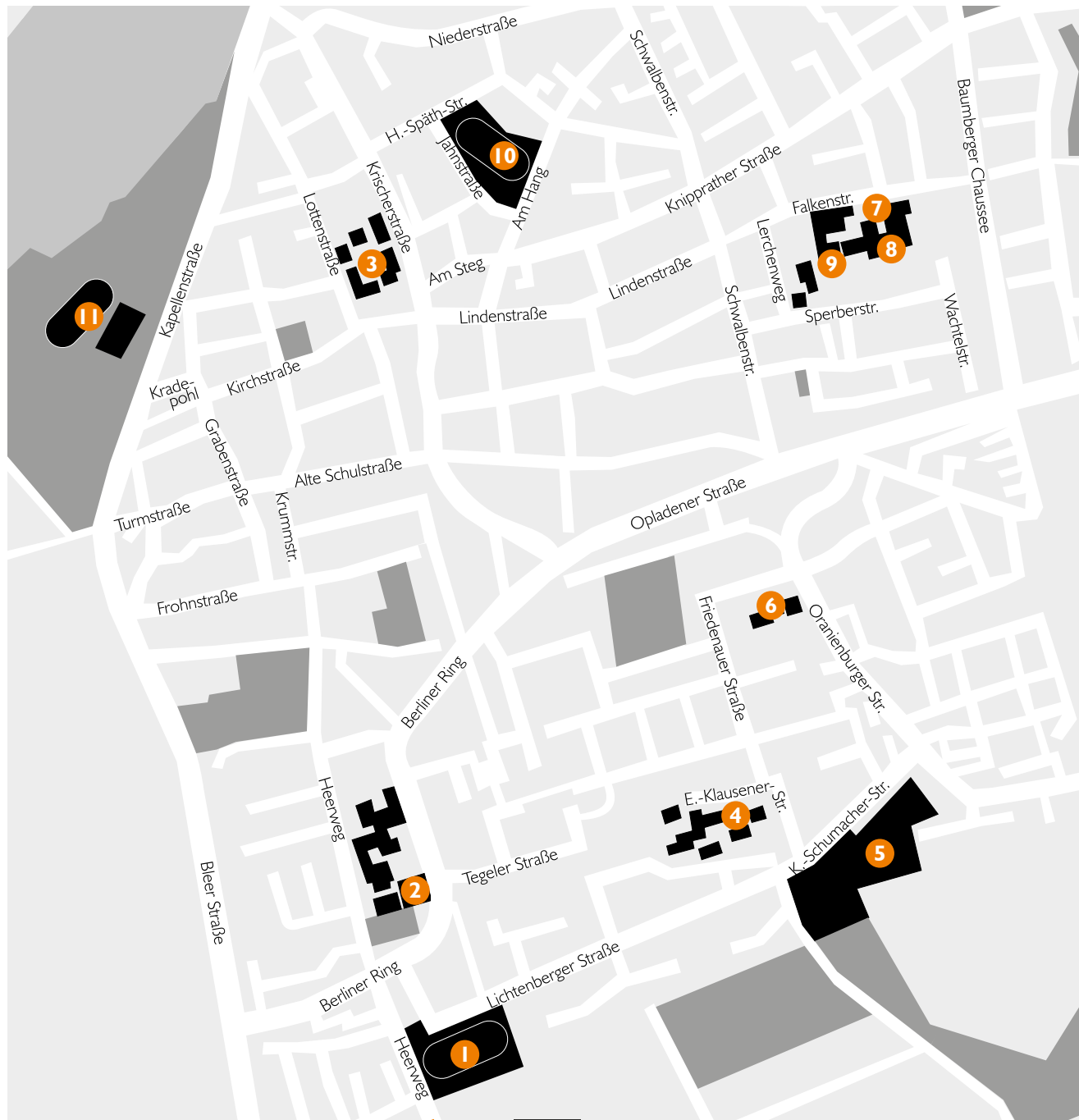
BIC:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

.....
Datum Unterschrift
(Bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten)



Hier finden Sie die Sportstätten



- 1 Geschäftszimmer
SGM-Halle
Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion**
Heinrich-Häck-Stadion,
Lichtenberger Straße 10
- 2 Sporthalle Otto-Hahn-Gymnasium**
Berliner Ring
- 3 Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße**
Lottenstraße
- 4 Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule**
Erich-Klausener-Straße
- 5 Mona Mare**
Kurt-Schumacher-Straße
- 6 Sporthalle Wilhelm-Busch**
Friedenauer Straße
- 7 Sporthalle 3 PUG**
Falkenstraße
- 8 Sporthalle 1 + 2 PUG**
Falkenstraße
- 9 Sporthalle Grundschule Lerchenweg**
Lerchenweg
- 10 Sportplatz Jahn-Stadion**
Heinrich-Späth-Straße
- 11 Sportplatz Rheinstadion**
Kapellenstraße
- 12 Sporthalle Grundschule im Pfingsterfeld**
Im Pfingsterfeld



Judo

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Anita Preuß

Tel. (02173) 5 83 31
judo@sgm-monheim.de

In unserer Judo-Abteilung lernen die Judokas diesen traditionellen Kampfsport, der verbunden ist mit Achtsamkeit und Fairness dem Partner gegenüber.

Trainingszeiten

Dienstag	16.30 – 18.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Dienstag	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Donnerstag	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

Trainer:	Siggi Preuß	5. Dan.,
	Anita Preuß	2. Dan.
	Berti Kunze	1. Dan.,
	Frank Winter	1. Dan.



Karate (Wado-Ryu)

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiter Adem Cirak

Telefon: (0211) 7 95 28 40
Mobil: (0177) 469 88 51
karate@sgm-monheim.de

Wado-Ryu Karate und Selbstverteidigung fördert Spaß und Sicherheit fürs Leben.

Anfänger 6 – 14 Jahre

Dienstag	17.00 – 18.30 Uhr	Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule
Donnerstag	17.00 – 18.30 Uhr	Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule

Anfänger 5 – 8 Jahre

Freitag	17.00 – 19.00 Uhr	Sporthalle Grundschule im Pflingsterfeld
---------	-------------------	--

Jugendliche ab 15 Jahren und Erwachsene

Dienstag	18.30 – 20.00 Uhr	Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule
Donnerstag	18.30 – 20.00 Uhr	Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule



Aikido

Auskunft erhalten Sie:
im Geschäftszimmer

Training für Anfänger und Fortgeschrittene

Die japanische Kampfkunst als Weg zu mehr Energie, Beweglichkeit und Entspannung im täglichen Leben.

Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene

Montag	19.30 – 21.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Mittwoch	20.00 – 21.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

Gesundes Trinkwasser für die Region.

Verantwortungsvoll gewonnen.

Rufen Sie an oder schreiben Sie uns eine E-Mail!

service@stw-langenfeld.de
02173 979-500

In der Region Langenfeld-Monheim sorgen wir für bestes Trinkwasser. Und das seit 2020 sogar CO₂-neutral – damit die hohe Qualität unseres Wassers auch in Zukunft erhalten bleibt!

www.stw-langenfeld.de



Verbandswasserwerk
Langenfeld-Monheim
Natürlich. Für die Region.



Schwimmen

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Doris Siebert

Telefon: (0 21 73) 6 38 39
d.siebert@sgm-schwimmen.de

Schwimmen!

Aufgrund der aktuellen Umbaumaßnahmen im Mona Mare können zur Zeit keine konkreten Angaben zu einzelnen Trainingszeiten gemacht werden.

Anfragen über Trainingszeiten sind über Frau Doris Siebert jederzeit möglich.

Wir bieten an:

- Nichtschwimmerkurse für Kinder ab 5 ½ Jahren
- Breitensportschwimmen für Kinder und Jugendliche
- Wettkampfschwimmtraining für Kinder und Jugendliche
- Erwachsenen Schwimmkurse
- Wassergymnastik für Senioren

Trockentraining

Vorbereitungs- und Nachwuchsmannschaft
Freitag 17.00 Uhr Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule

Wettkampfmannschaft
Freitag 18.00 Uhr Sporthalle Hermann-Gmeiner-Schule





Leichtathletik

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Susanne Steinbrecher

Telefon: (02173) 5 48 43
leichtathletik@sgm-monheim.de

Sommertraining

ab den Osterferien bis zu den Herbstferien

Ab 16.30 Uhr

Sportplatz Jahn-Stadion, Heinrich-Späth-Straße

Genaue Termine auf Anfrage oder auf www.sgm-leichtathletik.com

Wintertraining bis zu den Osterferien

Bambini

Mittwoch	17.00 – 18.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Freitag	17.00 – 18.00 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße

Kindergartenkinder

U8 – U10

Dienstag	16.30 – 18.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Freitag	16.30 – 18.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

U12 – U16

| Wettkampf |

Montag	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Grundschule im Pflingsterfeld
Freitag	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße

U12 – U16

Montag	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Freitag	18.00 – 20.00 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

U14 – U16

| Wettkampf |

Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
----------	-------------------	----------------------------------

U18 und älter

Montag	19.30 – 22.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Dienstag	19.00 – 21.00 Uhr	Sporthalle Grundschule im Pflingsterfeld
Donnerstag	18.30 – 20.45 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße

Shoppen Essen & Trinken
Ausgehen & Erleben Dienstleistungen



MONHEIMER
LOKALHELDEN

EINKAUFSGUTSCHEIN

Lokal Freude verschenken!

Der Einkaufsgutschein
für Monheim am Rhein.

Online erwerben und
bei teilnehmenden
Lokalhelden vor Ort einlösen.

Oder einlösen auf: _____

www.monheimer-lokalhelden.de



130
JAHRE

**SPORT - IM
VEREIN AM
SCHÖNSTEN!**

...jetzt anmelden!

**Info-Telefon:
(02173) 5 48 43**

**ZENTRUM FÜR
GESUNDHEITSSPORT
UND BREITENSORT**

SGM.

www.sgm-monheim.de

■ **SPORTGEMEINSCHAFT**
■ **MONHEIM**
■ **1894/1968 e.V.**

Jubilare 2024

Wir gratulieren zur 60-jährigen Mitgliedschaft:

Paul Vogel

Wir gratulieren zur 55-jährigen Mitgliedschaft:

Rita Brasse

Bartel Vogel

Wir gratulieren zur 50-jährigen Mitgliedschaft:

Wiebke Schmeer

Wir gratulieren zur 45-jährigen Mitgliedschaft:

Holger Espey

Wir gratulieren zur 40-jährigen Mitgliedschaft:

Siegfried Preuß

Volker Siebert

Helga Toska

Kornelia Vedder

Rita Windler

Wir gratulieren zur 35-jährigen Mitgliedschaft:

Udo Burkhardt

Marc Rupprecht

Harald Vollmer

Wir gratulieren zur 30-jährigen Mitgliedschaft:

Sonja Birkhahn

Christof Meiners

Horst Schäfers

Sylvia Sieber

Adrian Weczerek

Nils Wünscher

Wir gratulieren zur 25-jährigen Mitgliedschaft:

Britta Bures

Lucy Hoschkara

Jan Müller

Michaela Müller



... GEPLANT, GEBAUT, GENIESSEN.

Seit über 70 Jahren schaffen wir Lebensraum für zufriedene Familien, Paare und Singles.

Unsere Kunden vertrauen auf unsere Erfahrung und Kompetenz. Zu Recht, **denn was wir anfangen zu bauen, das stellen wir auch fertig** – termingerecht und mit Festpreis-Garantie.

WEITERE INFOS

02173 9449-0

www.paeschke.de



Walking

Auskunft erhalten Sie:
im Geschäftszimmer

Telefon: (02173) 5 48 43
walking@sgm-monheim.de

Walking und Nordic-Walking

Ein Angebot für alle Altersgruppen. Walking ist zügiges Gehen.
Für Anfänger und Fortgeschrittene. Walken im Sommer und im Winter.

Sonntag 10.00 Uhr Eingang Waldfriedhof

Weitere Trainingszeiten bitte anfragen.



Volleyball

Auskunft erhalten Sie:
im Geschäftszimmer

Telefon: (02173) 5 48 43
volleyball@sgm-monheim.de

Für junge Frauen ab 18 Jahren

Dienstag 19.30 – 21.30 Uhr Sporthalle Wilhelm-Busch
Donnerstag 19.30 – 21.30 Uhr Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße



Turnen

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Sonja Birkhahn

Telefon: (02173) 5 48 43
turnen@sgm-monheim.de

Eltern - Kind - Gruppen

Kinder 2 – 4 Jahre

Montag	16.00 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Dienstag	16.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Dienstag	17.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Mittwoch	16.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Mittwoch	16.00 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Mittwoch	17.00 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Mittwoch	17.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Freitag	16.15 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Samstag	11.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion

Sport und Spiele für Kinder

Mädchen und Jungen 4 – 6 Jahre

Montag	16.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Montag	17.00 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
Montag	17.00 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch
Dienstag	17.15 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Mittwoch	16.30 Uhr	Sporthalle Hermann-Gemeiner-Schule
Freitag	17.15 Uhr	Sporthalle Wilhelm-Busch

Abenteuersport

Mädchen und Jungen ab 6 Jahren

Staffelspiele, spannende Geräteaufbauten ...lasst Euch überraschen!

Dienstag	16.30 – 17.30 Uhr	Sporthalle Sportzentrum Lottenstraße/Krischerstraße
----------	-------------------	---



Kindergeburtstag feiern?

Zwei Stunden
spielen - turnen - toben - Spaß haben
(samstags, sonntags) in einer Turnhalle mit
einer Übungsleitung - für
ca. 15 - 18 Kinder!

Auskunft erhalten Sie im
Geschäftszimmer: Telefon (02173) 5 48 43



MONHEIMER SOMMER | 16.-18.8.2024 | BÜRGERWIESE BAUMBERG

RONAN
KEATING

16.8.2024



Ray Burmann

PLACEBO

17.8.2024



© Mads Perch

DIKKA

18.8.2024



© 2006, Beiersdorf AG

Programminfo und Tickets:
monheimer-kulturwerke.de



MONHEIMER
KULTURWERKE



Küchen, Kochen &

Events

www.kuechenseele.de

Feiern Sie bei uns!

Keine Lust mehr auf langweilige Firmen- oder Weihnachtsfeiern? Kochen Sie gemeinsam mit Freunden oder Kollegen, lassen Sie sich dabei von unseren Köchen unterstützen und genießen Sie ein Event mit modernster Technik.

Nach dem gemeinsamen Kochen/Essen bietet unsere Eventfläche eine hochwertige Musik- und Lichtanlage, mit der Sie richtig feiern können!

Reservieren Sie gleich Ihr nächstes Event!



Das große Küchen-Studio
als Eventlocation!

KÜCHENSEELE

mit Herz und Verstand

Niederstraße 15 | Monheim am Rhein
Tel. (02173) 26 54 090



Gymnastik & Ballett

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Sonja Birkhahn

Telefon: (02173) 5 48 43
tuermen@sgm-monheim.de

Ballett

Kinder 4 – 5 J.	Freitag	15.30 – 16.30 Uhr	SGM-Halle
Kinder 6 – 7 J.	Freitag	16.30 – 17.30 Uhr	SGM-Halle
Kinder 8 – 9 J.	Freitag	17.30 – 18.30 Uhr	SGM-Halle
Kinder 10 – 12 J.	Freitag	18.30 – 19.30 Uhr	SGM-Halle

Gymnastik Frauen

Montag	18.00 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße
Montag	19.30 Uhr	SGM-Halle

Gymnastik für Frauen und Männer

Montag	19.00 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße
--------	-----------	--------------------------------

Step-Aerobic plus

30 Minuten Problemzonen-Gymnastik

Für Frauen ab 16 Jahren

Donnerstag	19.30 Uhr	SGM-Halle
------------	-----------	-----------

Fit-Gymnastik

Für Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene

Das Angebot beinhaltet eine Mischung aus verschiedenen Körperübungen zur Verbesserung der Kraft, Ausdauer, Mobilität, in Form von Ballspielen, Mannschaftssport und Zirkeltraining

Mittwoch	19.30 – 21.00 Uhr	Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße
----------	-------------------	--------------------------------

Gardetanz

ab 16 Jahre	Dienstag	19.30 Uhr	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
--------------------	----------	-----------	----------------------------------



Jazzdance

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiterin Sonja Birkhahn

Telefon: (02173) 5 48 43
turnen@sgm-monheim.de

Jazzdance

Montag	16.30 Uhr	ab 6 Jahre	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Montag	17.30 Uhr	ab 18 Jahre	SGM-Halle
Dienstag	16.00 Uhr	3 – 6 Jahre	SGM-Halle
Dienstag	18.15 Uhr	ab 15 Jahre	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Dienstag	19.30 Uhr	Senioren	SGM-Halle
Donnerstag	16.15 Uhr	10 – 14 Jahre	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Donnerstag	16.15 Uhr	8 – 11 Jahre	SGM-Halle
Donnerstag	17.15 Uhr	12 – 16 Jahre	Sporthalle Heinrich-Häck-Stadion
Donnerstag	17.15 Uhr	ab 8 Jahre	SGM-Halle
Donnerstag	18.15 Uhr	11 – 15 Jahre	SGM-Halle



Behindertensport

Auskunft erhalten Sie bei:
Abteilungsleiter Jens Krause

Telefon: (02173) 27 21 80
oder (0172) 3 16 39 56
behindertensport@sgm-monheim.de

Menschen mit Behinderung

Spaß an Spiel, Sport und Bewegung. Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit oder ohne Behinderungen finden bei uns ein abwechslungsreiches Sportangebot in der Halle oder bei schönem Wetter auf dem Sportplatz. Da ist für jeden etwas dabei, denn wir achten auch auf die individuellen Möglichkeiten jedes einzelnen Sportlers. Unser gemeinsames Ziel dabei ist die Erhaltung oder Verbesserung der Bewegungsabläufe und/oder der Koordination. Es besteht auch die Möglichkeit der Teilnahme an Wettkämpfen oder anderen Veranstaltungen. Gesellige Momente erleben wir bei Ausflügen oder Feiern. Kommt einfach vorbei und schaut zu oder macht direkt mit.

Dienstag 16.45 Uhr Sporthalle 3 PUG, Falkenstraße

KREUER

BESTATTUNGEN & VORSORGE

www.bestattungen-kreuer.de

Tel. 02173 / 5 27 47

Monheim am Rhein

Poetengasse 1-5



1768 - 2018

**Beratung & Hilfe bei Vorsorge und
im Trauerfall.**
Sterbegeldversicherung & Treuhandkonto



Kuratorium Deutsche
Bestattungskultur e.V.
Deutsche Bestattungsvorsorge
Treuhand AG





Echt Gut

Bei Fragen sind wir immer
für Sie erreichbar

365 TAGE IM JAHR ECHT LECKERES FRÜHSTÜCKSBUFFET

Zum Frühstück lockt unser Buffet mit so allem was wach macht, stärkt und schmeckt:

Kaffee, verschiedene Säfte sowie Obstsalat aber auch Bacon und Ei. Guten Appetit!

Kommen Sie vorbei und lassen Sie es sich schmecken.

Bitte reservieren Sie unter: 0 2173 33038 0

ACHAT Hotel Monheim am Rhein***

Delitzscher Straße 1 / 40789 Monheim am Rhein
0 2173 33038 0 / monheim@achat-hotels.com
achat-hotels.com