



Kontakt:

Stadtsportbund Mönchengladbach e.V.
Berliner Platz 19
41061 Mönchengladbach
Homepage: www.mg-sport.de
Fax: 02161-2 94 39 21

Ihre Ansprechpartner:

Björn Eckert
Telefon: 02161-2 94 39 0

Anja Schmale
Telefon: 02161-2943916

Bürozeiten:

Montag: 13:00-15:00 Uhr
Dienstag: 10:00-12:00 Uhr
Mittwoch: 10:00-12:00 Uhr
Email: nrwbewegt@mg-sport.de

Bürozeiten:

Mittwoch: 10:00-12:00 Uhr
Donnerstag: 15:00-19:00 Uhr
Freitag: 10:00-12:00 Uhr
Email: jugendreferent@mg-sport.de



„schwer mobil“ Angebote in Mönchengladbach

*Übergewichtige Kinder in Bewegung,
Spiel und Sport*

„schwer mobil“ Angebote in Mönchengladbach Breitensport

Angebot:	Motorikgruppe - Hier sind die Kinder „schwer mobil“
Termin:	Montag 16:00-17:00Uhr
Ort:	Sporthalle Zeppelinschule; Neuwerkerstraße 35
Altersgruppe:	ab 7 Jahre
Verein:	Turnerschaft Lürrip 1901 e.V.
Übungsleiterin:	Ute Paffen
Telefon:	02161-658 394 (Geschäftsstelle) Montag: 17:30-19:30Uhr Mittwoch: 16:00-18:00Uhr
Email:	turnerschaft_luerrip@t-online.de
Angebot in Planung:	Judo „Kids schwer in Form“
Termin:	Montag 17:15-18:15Uhr
Ort:	Jahnhalle, Volksgartenstraße 165
Altersgruppe:	ab 8 Jahre
Verein:	1.Judo-Club Mönchengladbach
Ansprechpartnerin:	Edda Karlsson, 0163-453 15 01
Email:	Info@1jcmg.de

Übergewicht geht uns alle an

Fast jedes fünfte Kind und bereits jeder dritte Jugendliche in Deutschland sind übergewichtig. Meist sind Bewegungsmangel und falsche Ernährung die Ursachen.

Die Folgen sind psychische und physische Probleme bereits im Kindes- und gravierende gesundheitliche Schäden im Erwachsenenalter.

Es ist höchste Zeit, „schwere“ Kinder zu schützen, ihnen durch Spiel und Spaß unter Gleichgesinnten wieder Lust auf Bewegung zu machen und ein neues Körper- und Lebensgefühl zu vermitteln.

Mehr Lust statt Frust

In enger Zusammenarbeit mit den Sportvereinen in Mönchengladbach wollen wir Kinder und Jugendliche mit Gewichtsproblemen für eine gesunde und „bewegte“ Lebensweise begeistern. So können wir langfristig etwas bewegen: Die Einstellung zu Sport und Ernährung verändern, Verhaltensmuster verwandeln, Gewohnheiten aufbrechen. Weil wir dabei auf die Unterstützung der Eltern setzen, stehen wir ihnen mit Rat, Tat und viel Motivation zur Seite. Der Stadtsportbund Mönchengladbach e.V. unterstützt zurzeit die Turnerschaft Lürrip mit diesem Projekt.

Weitere Infos

Der Stadtsportbund Mönchengladbach e.V. kann Ihnen gerne während der angegebenen Bürozeiten weitere Infos zu Sportgruppen geben, in denen übergewichtige Kinder und Jugendliche gerne gesehen werden.

Die folgenden Vereine begrüßen Ihre Kinder ebenfalls gerne beim

Training.

1. Judo-Club M'gladbach
ASV Dojo Mönchengladbach
ATV -Biesel
DJK Nierswart Odenkirchen
DJK SF 08 Rheydt
Faustkämpfer M'gladbach
FC BW Wickrathhahn
HSG Rheydt/ TV Geistenbeck
Karate-Club Rheydt
Karate Dojo Sandokan M'gladbach
Kinder- und Jugendsportverein M'gladbach
Leichtathletik Gemeinschaft M'gladbach
Mönchengladbacher SV 1901
Mönchengladbacher Turnverein 1884
SC Broich Peel 1927
Tanzsportclub Rheindahlen
TTC Windberg
Turnverein Mönchengladbach Hard 1901
TV Einigkeit 1905
TV Jahn 03 Gütterath

