

*Nordic-Walking Kurs
auf Anfrage*

Lauf Treff Sigmaringen



www.lauftreff-sigmaringen.de

Unsere Angebote 2025



Lauf Treff Sigmaringen



lauftreff_sigmaringen

*Kontaktadressen und weitere Informationen
finden Sie auf unserer Homepage*

www.lauftreff-sigmaringen.de

info@lauftreff-sigmaringen.de

Lauf-Zeiten

Sommerhalbjahr

April bis September

Mo + Fr 19:00 Uhr (Nordic-Walking + Laufen)

Ort: Sigmaringen, Trimm-Dich-Pfad

Do 09:30 Uhr (Laufen)

Ort: Bootshaus Sigmaringen

Winterhalbjahr

Oktober bis März

Mo + Fr 18:30 Uhr (Nordic-Walking + Laufen)

Ort: Parkplatz am Kreismedienzentrum
Treffpunkt Mühlstr. 3, Sigmaringen

Do 09:30 Uhr (Laufen)

Ort: Bootshaus Sigmaringen

Veranstaltungen 2025

13.03. Mitgliederversammlung, 19:30 Uhr

28.03. Frühlingsfest, 19:00 Uhr

01.06. Nachmittags-Ausflug Start 14:00 Uhr

03.06. Donau-Staffellauf Start 18:30 Uhr

28.09. Herbstwanderung

06.10. Vollmondlauf, 19 Uhr, Trimm-Dich-Pfad

Stammtische 2025

dienstags, 19:00 Uhr, La Perla, Sigmaringen

04.02. | 01.04. | 03.06. | 05.08. | 07.10. | 02.12.

Gesundheitssport

Jeden Mittwoch 20:00 Uhr

Turnhalle Hohenzollern-Gymnasium Sigmaringen

Angebote

- **Fitnessgymnastik** -
präventive/gesundheitsfördernde Funktionsgymnastik für alle Altersgruppen
- **Gesundheitsförderung**
mit Muskelentspannung
- **Gymnastik mit Kleingeräten**
(Flexibar, Gymnasikband, Bälle, Airex[®]-Matten)
- **Circuittraining**

Alle Angebote mit musikalischer Untermalung.
Keine Veranstaltungen während den Schulferien.

Radfahren mit Pedelec (E-Bike)

06. Mai bis 30. September 2025

Dienstags 18:00 Uhr

Treffpunkt Bootshaus Sigmaringen