

Wiederkehrende Veranstaltungen

Montag

09:00 – 10:00 Uhr (A)*

Nordic Walking für alle Mitglieder

Fit und gesund bleiben, mit Belastungskontrolle
Parkplatz in Welppe (hinter dem Golfclubhaus)

16:30 – 17:30 Uhr (R)*

Bewegungsspiele für Kinder von 6 – 10 Jahren

Ort: Overbergschule, Sporthalle

17:30 – 18:30 Uhr (R)*

Ballspiele für Jugendliche von 11 – 16 Jahren

Ort: Overbergschule, Sporthalle

18:00 – 19:00 Uhr (R)*

Wassergymnastik

Ort: Geschwister-Scholl Schule, Schwimmhalle

19:00 – 20:00 Uhr (A, B)*

Sitzball für Jugendliche und Erwachsene

Ort: Gymnasium Antonianum, kleine Sporthalle

20:00 – 20:45 Uhr / 20:45 – 21:30 Uhr (A, R)*

Wassergymnastik und freies Schwimmen

Ort: Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

Dienstag

08:30 – 09:15 Uhr (R)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: LWS

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

10:30 – 11:15 Uhr (F)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: LWS

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

11:30 – 12:15 Uhr (R)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: Hüfte, Knie

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

15:00 – 16:00 Uhr / 16:00 – 17:00 Uhr (A*)

Babyschwimmen

Ort: Grundschule Langförden

15:30 – 17:00 Uhr (A)* (G. Brinkhus)

Stammtisch (Seniorentreff)

Jeden 3. Dienstag im Monat

Ort: Café „Gute Stube“ Bremer Str. 13

17:00 – 19:00 Uhr

Kegeln für die Kegelgruppe vom Andreaswerk

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

Ort: Kegelbahn Gaststätte Sgundek

Wiederkehrende Veranstaltungen

Dienstag

16:00 – 17:00 Uhr (A)*

Nordic-Walking für alle Mitglieder

Fit und gesund bleiben, mit Belastungskontrollen
Parkplatz in Welppe (hinter dem Golfclubhaus)
im Winter nach Absprache

Mittwoch

08:00 – 08:45 Uhr (R)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: LWS

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

16:00 – 19:00 Uhr (A*)

Wassergewöhnung

Ort: Grundschule Langförden

17:00 – 18:00 Uhr (R)*

Herzsportgruppen

18:00 – 19:00 Uhr (R)*

Herz- und Lungensportgruppe

Sport für ambulante Herz- und Lungensportgruppen

Gymnastik, Spiele, Sport

Ort: Sporthalle im St.-Thomas-Kolleg

17:00 – 18:00 Uhr (A*)

Kinderturnen von 3 – 6 Jahren

Ort: Liebfrauenschule, Sporthalle

19:00 – 20:00 Uhr (A, R)*

Gymnastik, Sport, Spiele und Entspannungsübungen nach Musik

Ort: Justus-von-Liebig Schule

19:00 – 20:00 Uhr (A, B)*

Tischtennis (kein Leistungssport)

Ort: Gymnasium Antonianum, kleine Halle

20:00 – 21:00 Uhr (A, B)*

Rückengymnastik

Ort: Justus-von-Liebig Schule

Donnerstag

08:30 – 09:15 Uhr (R)*

Schultergymnastik

Schwerpunkt: Schulter, Nacken

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

09:00 – 10:00 Uhr (A)* Nordic-Walking für alle

Mitglieder

Fit und gesund bleiben, mit Belastungskontrolle

Parkplatz in Welppe (hinter dem Golfclubhaus)

Wiederkehrende Veranstaltungen

Donnerstag

10:30 – 11:15 Uhr (R)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: LWS

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

15:30 – 17:00 Uhr (A*)

Babyschwimmen

Ort: Grundschule Langförden

17:30 – 18:30 Uhr (B, R)*

Blinden- u. Hörgeschädigtensport

Ort: Justus-von-Liebig Schule

18:30 – 21:30 Uhr (A)*

Spieleabend

Ort: Gaststätte Sgundek

18:30 – 19:30 Uhr

Wassergymnastik (A*)

Ort: Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

18:00 – 19:00 Uhr / 19:00 – 20:00 Uhr

Wassergymnastik

Ort: Grundschule Langförden

Jede 2. Woche

19:00 – 21:00 Uhr (A)*

Kegeln für alle Mitglieder der Gruppe

„76'er Spätlese“

Ort: Kegelbahn Gaststätte Sgundek

Freitag

08:30 – 09:15 Uhr (R)*

Trockengymnastik / Schwerpunkt: LWS

Ort: Niels-Stensen-Werk, Sporthalle

16:00 – 17:00 Uhr (A, B, R)*

17:00 – 18:00 Uhr (A, B, R)*

Gymnastik, Sport und Spiele Erwachsene

Ort: Gymnasium Antonianum, kleine Halle

15:00 – 16:00 Uhr (A)*

Nordic Walking für alle Mitglieder

Fit und gesund bleiben, mit Belastungskontrolle

Parkplatz in Welppe (hinter dem Golfclubhaus)

im Winter nach Absprache

16:00 – 17:00 Uhr (R)*

Schwimmen für Kinder und Jugendliche

Ort: Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

Freitag

16:00 – 17:00 Uhr (A, R)*

Rückengymnastik

Ort: Sporthalle im St.-Thomas-Kolleg

17:00 – 18:00 Uhr (B)*

**Sportschwimmen im Behindertensport
Wettkampfgruppe**

Ort: Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

17:00 – 18:00 Uhr (A, R)*

Rückengymnastik und Diabetikersport

Ort: Sporthalle im St.-Thomas-Kolleg

18:00 – 19:00 Uhr (A, R)*

Rückengymnastik und Hockergymnastik

Ort: Sporthalle im St.-Thomas-Kolleg

19:30 – 21:00 Uhr (B)*

Sportschießen

1x Monat

(Termine bei der Geschäftsstelle)

Ort: Schützenverein Lutten

Samstag

08:00 – 14:00 Uhr (A*)

Schwimmkurse für Kinder

Ort: Geschwister-Scholl Schule, Schwimmhalle

10:00 – 14:00 Uhr (A*)

Freischwimmkurse+ für Kinder

Ort: Gymnasium Antonianum, Schwimmhalle

Sonntag

08:00 – 10:00 Uhr (A*)

Schwimmkurse für Kinder

Schwimmhalle Grundschule Lgf.

13:00 – 17:00 Uhr (A*)

Schwimmkurse für Kinder

Schwimmhalle Grundschule Lgf.

Leiter der Geschäftsstelle:

Carsten Döding

Münster Str. 19

49377 Vechta

Tel.: 0 44 41 – 90 78 03 - 0

E-Mail: info@rbs-vechta.de

Webseite: www.rbs-vechta.de

Facebook: [RBS Vechta](https://www.facebook.com/RBSVechta)

Sprechstunde:

MO – FR: 09:00 – 13:00 Uhr

MO / DO: 14:00 – 17:00 Uhr

MI: 14:00 – 15:30 Uhr

dienstags / freitags nachmittags geschlossen

Geschäftsstelle: RBS Vechta e. V.



Bankverbindung:

Volksbank Vechta e. G.

IBAN: DE72 2806 4179 0421 2681 00

BIC: GENO DEF1 VEC

(*) A = Allgemeinsport F = Funktionstraining,
B = Behindertensport R = Rehabilitationssport

**Reha- und Behindertensport
Vechta e.V.**



**REHA- &
BEHINDERTENSport
VECHTA E.V.**

qualifiziert - vielseitig - vor Ort

Gegründet 1958

Unser aktuelles
Sportangebot

Stand: Mai 22

www.rbs-vechta.de

[Facebook: RBS Vechta](https://www.facebook.com/RBSVechta)

