Sommerferienplan 2026

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

1. Ferienwoche

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	20. Jul.	Sport im Park													Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo			Senior Fit	Senior Fit				Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Wirbel für Wirbel	REHA-Sport	REHA-Sport	Rücken-Fit	
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	21. Jul.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit					Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Senior Fit	Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	22. Jul.	Sport im Park											Yoga bitte eine Matte mitbringen, Wiese Goldberger Mühle	19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo			ab 10:30 Uhr Senioren Tischtennis					Ballsport 3-5 Jahre	Ballsport 6-10 Jahre	Senior Fit	Pilates	Tischtennis		
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	23. Jul.	Sport im Park												Kraftausdauer mit Zumba Werferanlage Hasselbeckstr. 6		
		GuBo		REHA-Sport	REHA-Sport	REHA-Sport				Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Wirbel für Wirbel			Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr												
Freitag	24. Jul.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo		REHA-Sport	Senior-Fit	Eltern-Kind-Turnen						Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Heeren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	25. Jul.															
Sonntag	26. Jul.															

Sommerferienplan 2026

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

2. Ferienwoche

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	27. Jul.	Sport im Park													Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo			Senior Fit	Senior Fit							REHA-Sport	REHA-Sport	Rückenfit	
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	28. Jul.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit								Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	29. Jul.	Sport im Park											Yoga bitte eine Matte mitbringen, Wiese Goldberger Mühle	19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo			ab 10:30 Uhr Senioren Tischtennis								Pilates	Tischtennis		
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	30. Jul.	Sport im Park												Kraftausdauer mit Zumba Werferanlage Hasselbeckstr. 6		
		GuBo													Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr												
Freitag	31. Jul.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo										Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Heeren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	1. Aug.															
Sonntag	2. Aug.															

Sommerferienplan 2026

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

3. Ferienwoche

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	3. Aug.	Sport im Park										17:30-18:30 Sport der Älteren, Comberg Park	18:30 -19:15 Fit im Park Wourkout Comberg Park		Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo	Kita-Camp										REHA-Sport	REHA-Sport	Rückenfit	
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	4. Aug.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo	Kita-Camp									Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	5. Aug.	Sport im Park											Yoga bitte eine Matte mitbringen, Wiese Goldberger Mühle	19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo	Kita-Camp										Pilates	Tischtennis		
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	6. Aug.	Sport im Park												Kraftausdauer mit Zumba Werferanlage Hasselbeckstr. 6		
		GuBo	Kita-Camp												Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr									Yoga bis 19:30			
Freitag	7. Aug.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo	Kita-Camp									Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Herren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	8. Aug.															
Sonntag	9. Aug.															

Sommerferienplan 2026

4. Ferienwoche

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	10. Aug.	Sport im Park										17:30-18:30 Sport der Älteren, Comberg Park	18:30 -19:15 Fit im Park Wourkout Comberg Park		Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo								Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Wirbel für Wirbel	REHA-Sport	REHA-Sport		
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	11. Aug.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit	heute fit morgen 100				Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Senior Fit	Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	12. Aug.	Sport im Park												19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo			ab 10:30 Uhr Senioren Tischtennis					Ballsport 3-5 Jahre	Ballsport 6-10 Jahre	Senior Fit	Pilates			
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	13. Aug.	Sport im Park														
		GuBo		REHA-Sport	REHA-Sport	REHA-Sport				Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Wirbel für Wirbel			Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr									Yoga bis 19:30			
Freitag	14. Aug.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo		REHA-Sport	Senior-Fit	Eltern-Kind-Turnen						Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Herren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	15. Aug.															
Sonntag	16. Aug.															

Sommerferienplan 2026

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

5. Ferienwoche

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	17. Aug.	Sport im Park										17:30-18:30 Sport der Älteren, Comberg Park	18:30 -19:15 Fit im Park Wourkout Comberg Park		Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo								Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Wirbel für Wirbel	REHA-Sport	REHA-Sport		
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	18. Aug.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit	heute fit morgen 100				Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Senior Fit	Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	19. Aug.	Sport im Park											Yoga bitte eine Matte mitbringen, Wiese Goldberger Mühle	19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo	Senioren Aktionstag: Aktiv & informiert - Ein Tag für Ihre Sicherheit und Gesundheit -nur mit Anmeldung							Ballsport 3-5 Jahre	Ballsport 6-10 Jahre	Senior Fit	Pilates			
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	20. Aug.	Sport im Park												Kraftausdauer mit Zumba Werferanlage Hasselbeckstr. 6		
		GuBo		REHA-Sport	REHA-Sport	REHA-Sport				Eltern-Geschwister-Kind-Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Wirbel für Wirbel			Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr									Yoga bis 19:30			
Freitag	21. Aug.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo		REHA-Sport	Senior-Fit	Eltern-Kind-Turnen						Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Herren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	22. Aug.															
Sonntag	23. Aug.															

Sommerferienplan 2026

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

6. Ferienwoche

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	24. Aug.	Sport im Park										17:30-18:30 Sport der Älteren, Comberg Park	18:30 -19:15 Fit im Park Wourkout Comberg Park		Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo			Senior-Fit	Senior-Fit							REHA-Sport	REHA-Sport	Rückenfit	
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	25. Aug.	Sport im Park							Zirkeltraining Jubiläums-platz				Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit	heute fit morgen 100							Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														
Mittwoch	26. Aug.	Sport im Park											Yoga bitte eine Matte mitbringen, Wiese Goldberger Mühle	19:30 bis 20:30 Entspannung mit Chi, Werferanlage, Hasselbeckstr. 6	Functional Fitness (Workout), Goldberger Mühle	
		GuBo	08:45 Senior Fit	09:40 Senior Fit	ab 10:30 Uhr Senioren Tischtennis								Pilates			
		alte Geschäftstelle														
Donnerstag	27. Aug.	Sport im Park												Kraftausdauer mit Zumba Werferanlage Hasselbeckstr. 6		
		GuBo		REHA-Sport	REHA-Sport	REHA-Sport									Judo /Systema	
		alte Geschäftstelle		Babys in Bewegung bis 10:15 Uhr									Yoga bis 19:30			
Freitag	28. Aug.	Sport im Park										Tai Chi Wiese Goldberger Mühle				
		GuBo		REHA-Sport	Senior-Fit							Eltern-Geschwisterkind-Turnen	Aktive Herren			
		alte Geschäftstelle														
Samstag	29. Aug.															
Sonntag	30. Aug.															

Sommerferienplan 2026

7. Ferienwoche

mettmann-sport
Tradition in der Neanderthalstadt seit 1882

Tag	Datum	Ort	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
Montag	31. Aug.	Sport im Park										17:30-18:30 Sport der Älteren, Comberg Park	18:30 -19:15 Fit im Park Wourkout Comberg Park		Funktional Training, Wiese Goldberger Mühle	
		GuBo			Senior-Fit	Senior-Fit				Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Wirbel für Wirbel	REHA-Sport	REHA-Sport	Rückenfit	
		alte Geschäftstelle											Vinyasa Yoga			
Dienstag	1. Sep.	Sport im Park											Outdoor Fitness Sportplatz HHG, Hasselbeckstr. 6			
		GuBo		Rücken-Fit	heute fit morgen 100				Eltern- Kind-Turnen	Eltern-Geschwisterkind Turnen	Senior Fit	Floorball			Judo / Tischtennis	
		alte Geschäftstelle														