

Unser Leistungsangebot:

- >>> Sanitätsdienst
Rot-Kreuz-Gemeinschaft
- >>> First-Responder
Helfer vor Ort - Erstversorgung
- >>> 1. Hilfe-Ausbildung
- >>> Blutspendedienst
- >>> Senioren-Betreuung
 - Senioren-Service (SSE)
(Hilfestellung /Begleitung)
 - Sport- und Freizeitangebote
 - Informationsveranstaltungen

Kontakte:

Hermann Stork, 2. Vorsitzender

Tel.: 02582 / 7899

Roland Tresp, RK-Leiter, Tel. 02582/1794

SC DJK Everswinkel e.V.



Gesundheitssport für SIE und IHN

>>> Y O G A

Montag: 9.30-11.00 Uhr - Anfänger

Dienstag: 9.30-11.00 Uhr - Fortgeschr.

Mittwoch: 17.15-18.45 Uhr - Fortgeschr.

>>> NORDIC - WALKING

Mittwoch: 18.00 Uhr ab Kehlbachhalle

Sonntag: 10.00 Uhr } ab Ende der

Montag: 18.00 Uhr } Mühlenstrasse

>>> B O U L E N auf der Boule-Anlage

am VITUS-Sportcenter

... jeden Donnerstag ab 18.00 Uhr

... Start in die neue Saison: 28.04.2011

Kontakte: SC DJK Geschäftsstelle

Tel.: 02582 / 8642

FIT AB 50 !!

www.scdjk.de
www.drk-everswinkel.de

Folgende in der Planung stehenden Angebote sollen dann realisiert werden, wenn sie den Wünschen unserer Mitglieder und derer, die noch Mitglied werden wollen, entsprechen.

- >>> Pilates – Gesundheitssport
- >>> Wandern
- >>> Wassergymnastik
- >>> Spielenachmittage
- >>> gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen
- >>> Informationsveranstaltungen über aktuelle Themen (im Sport, zur Gesundheit, zum Alter usw.)
- >>> Besichtigungen

Um all' die Dinge realisieren zu können, möchten wir Personen gewinnen, die zu einer Mitarbeit bereit sind.

Wer also an einer Mitarbeit Interesse hat, möge sich bitte in der SC DJK Geschäftsstelle (02582/8642) oder beim 2. Vorsitzenden des DRK OV - Hermann Stork (02582/7899) melden.



SC DJK
Everswinkel e.V.



Wir „fahren“ gemeinsam !!



FIT AB 50 !!

SENIOREN -

SPORT- UND FREI-

ZEIT - ANGEBOTE !

Unser Radwanderangebot

2011

21.03. >>> Montag

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Berdel - Raestrup - Einen -
Everswinkel >>> ca. 30 km
Begleiter: Hermann Dirksen

13.04. >>> Mittwoch

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Wolbeck – Weserradweg
max. 35 km
Begleiter: Hermann Stork

27.04. >>> Mittwoch

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Große Heide - K 3 – von Spee
Fr.-horst - Mehringen ca.30 km
Begeiter: Hermann Dirksen

11.05. >>> Mittwoch

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Alverskirchen - Hoetmar -
Mehringen >>> ca. 30 km
Begleiter: Hermann Dirksen

25.05. >>> Mittwoch

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz - 30 km
Müssingen - Alter Münsterweg
Emsauenweg - WAF - Fr.-horst
Begleiter: Dietmar Sroka

04.06. >>> Samstag

Start: 10 Uhr ab Magnusplatz
Richtung Pleistermühle -
Münster / Kanal - Schleuse -
Rieselfelder mit Führung -
zurück über Gelmer mit
Kaffeepause >>> ca. 65 km
Begleiter: Günter Hoffmann

15.06. >>> Mittwoch

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Milte - Kloster Vinnenberg
und zurück >>> ca. 35 km
Begleiter: Hermann Stork

30.06. >>> Donnerstag

Start: 14 Uhr ab Magnusplatz
Hoetmar – Budenbaum -
zurück über Flintrup ca. 30 km
Begleiter: Hermann Dirksen

Hinweis für die „flotten Radler/ -innen“:
Über eine Schleife ergibt sich bei den
vorgenannten Touren (außer 04.06.2011)
jeweils eine Strecke von ca. 50 km;
Start: 14 Uhr ab Magnusplatz.
Begleiter: Ingolf Ackermann

INFOS >>> INFOS >>> INFOS

Bereits vorgemerkte Radtouren für das
II. Halbjahr 2011:

13.07. >>> Mittwoch – Hermann Stork
Start: 14 Uhr ab Magnusplatz

16.07. >>> Samstag – Günter Hoffmann
Start: 10 Uhr ab Magnusplatz

13.08. >>> Samstag – Ingolf Ackermann
Emstour Bereich Leer mit Zug-
Transfer (Hin- und Rückfahrt)

Bei allen Touren werden die Pausen so
gelegt, dass alle Teilnehmer Freude an der
jeweiligen Tour haben werden.

Sichere Fahrräder, zweckmäßige Klei-
dung (evtl. auch mit Radhelm) und Ver-
pflegung (Getränke / Snack) sollten
selbstverständlich sein.

Geplant ist, die Touren in gemütlicher
Runde - auf Wunsch auch mit Grillen -
ausklingen zu lassen.

Versicherungsschutz ist über den Ver-
anstalter gegeben. Sollte aus welchen
Gründen auch immer ein Teilnehmer aus
einer Tour aussteigen müssen, der DRK-
Bulli steht zum Rücktransport jederzeit
zur Verfügung.

Und nun auf's

