



## Liebe TSlerinnen und TSler,

die Sommerferien stehen vor der Tür. Wir haben für euch wieder ein Programm zusammengestellt, das euch ermöglicht, auch während der Ferienzeit im Training zu bleiben.

Im folgenden Newsletter stellen wir unser Ferienprogramm vor. Informiert euch zudem über weitere aktuelle Informationen.

## Endlich Ferien! Sommer | Sonne | SummerSpecial

Untätigkeit in den Ferien? Das können wir uns gar nicht vorstellen. Und ihr sicherlich auch nicht.

Mit unserer **Ferien-KursKarte SummerSpecial** könnt ihr flexibel und frei nach Wahl – so oft es die Karte vorsieht – am SummerSpecial-Programm teilnehmen. Infos und Buchungsmöglichkeiten findet ihr online unter <https://www.ts79.de/service/kursevereinsgruppen/>

**Pilates, Yoga, Fitness, Rückenfit – bleibt in Bewegung!**



## Nordic Walking Workshops im Juli und August 2024

### 🔴 Anfänger Workshop

**Dienstag, 09.07.2024** und **Mittwoch, 10.07.2024**

jeweils 18 - 20 Uhr | Kurs-Nr.: 242W42

Treffpunkt: Parkplatz Eingang Kombibad Paffrath

### 🔴 Aufbau Workshop

**Wiederholung | Korrektur | Vertiefung**

**Mittwoch, 14.08.2024**

18 - 20 Uhr | Kurs-Nr.: 242W44

Treffpunkt: Parkplatz von Schloß Lerbach

▶ Anmeldung am Infopoint, Studioempfang oder unter [https://www.ts79.de/a\\_bis\\_z/](https://www.ts79.de/a_bis_z/)





## Aktion Stadtradeln

### Ein großer Dank an alle TSler\*innen, die dabei waren!

Nicht ohne Stolz blicken wir auf eine gelungene Beteiligung an der Stadtradel-Aktion zurück, bei der die Teilnehmer\*innen der TS 79 bei insgesamt 383 Fahrten 3552 km „erstrampelt“ haben und damit 589,2 kg CO<sub>2</sub> vermieden haben. Wir freuen uns sehr darüber, dass wir uns damit einen beachtlichen 11. Platz von 31 Teams im gesamten Rheinisch Bergischen Kreis gesichert haben.

## Fußballcup TS 79

Am Montag, den 24.6.24, kam es an der Belkaw-Arena bei herrlich sonnigem Wetter zu der Neuauflage des "Fußballcup TS 79", welcher diesmal natürlich ganz im Fokus der aktuellen Fußball EM in Deutschland als "Fußballcup TS 79 - EM Edition" stattfand. Dabei wurde den fünf teilnehmenden Schulen jeweils eine Nation zugelost und diese wurde im anschließenden Turnier vertreten. In einem hochklassigen und spannenden Turnierverlauf setzte sich schlussendlich die Johannes-Gutenberg-Realschule als Italien durch und konnte den Pokal in die Höhe strecken! **Dieses gelungene Event schreitet nach einer Wiederholung im kommenden Jahr!**



## Gemeinsam schauen macht mehr Spaß!

### Fußball EM Deutschland : Spanien

am Freitag, 5.7.24 ab 17:30 Uhr im Salon

Das kleine Event "TS schaut Fußball" vom 19.6. kam bei den 60 fußballbegeisterten Teilnehmer\*innen richtig gut an und wird daher am kommenden Freitag beim Viertel-final-Spiel wiederholt (2.OG im TS-Haus). Auf unserer Dachterasse sorgen Getränke und Grillgut für ausreichend Verpflegung (Spende erwünscht). Die Teilnahme richtet sich an alle und ist kostenlos. Wir bitten um Anmeldung unter: <https://www.ts79.de/ts-79/anmeldung-public-viewing-fussball-em-24/>

Wir freuen uns wieder über eine super Stimmung und ein begeistertes Mitfiebern und Anfeuern der deutschen Nationalelf!

## Öffnungszeiten am Infopoint während der Sommerferien:

### 1. Sommerferien-Woche | 8.- 14.7.24

Mo - Fr 9 - 13 Uhr | 13:30 - 18 Uhr  
Samstag geschlossen

### 2. - 5. Sommerferien-Woche | 15.7.- 18.8.24

Mo - Do 9 - 13 Uhr | 13:30 - 18 Uhr  
Fr 9 - 13 Uhr  
Samstag geschlossen

### Ab dem 19.8.24 gelten die üblichen Öffnungszeiten:

Mo - Fr 9 - 13 Uhr | 13:30 - 18 Uhr  
Samstags 9 - 13 Uhr



© LSB NRW / A. Bowinkelmann

## Regelung für die Reha-Sportgruppen in den Sommerferien vom 8.7. bis 20.8.2024:

Die Reha-Sportgruppen finden überwiegend auch in den Sommerferien statt. Über eventuelle Ausnahmen werden die Gruppen über die Übungsleitungen informiert.

- Die Herzsportgruppen pausieren von Donnerstag, 18.7.24 bis einschließlich Montag, 5.8.24.
- Ab Donnerstag, 8.8.24 findet der Herzsport wieder statt.

## Mit Beginn der Sommerferien am 6.7.24 gehen auch die Vereinsgruppen bis zum 20.8.24 in die Sommerpause.

Unsere aktuelle Zeitschrift für Mitglieder **WIR 2024/1** liegt übrigens zum Nachlesen unter folgendem Link abrufbereit:

[https://www.ts79.de/files/4617/1749/3017/TS79\\_WIR\\_2024\\_I\\_final\\_HP-2.pdf](https://www.ts79.de/files/4617/1749/3017/TS79_WIR_2024_I_final_HP-2.pdf)

Nun wünschen wir euch eine schöne Sommerzeit, in der Bewegung und Sport nicht zu kurz kommen!

**Euer TS 79 Team**

Folgt uns auf Facebook und Instagram und ihr seid immer aktuell informiert!



[www.TS79.de](http://www.TS79.de)