

# Sportprogramm

Januar - Juni 2024



[www.sv-bayer.de](http://www.sv-bayer.de)



[@svbayerwuppertal](https://www.instagram.com/svbayerwuppertal)





Höchstleistung kann nur bringen, wer an sich glaubt, wer gefordert und gefördert wird. Dieses Prinzip ist fest in unseren Werten verankert und leitet Mitarbeiter genauso wie Topathleten und Nachwuchssportler, die wir seit mehr als 100 Jahren vielfältig unterstützen. Inklusion und gemeinsames Training gehören zur Sportförderung von Bayer. Genauso wie die Freude am gemeinsamen Erfolg.

[www.sport.bayer.de](http://www.sport.bayer.de)

# Höchstleistung



TEAM  
PARALYMPICS



Key Partner



# INHALTS- VERZEICHNIS

## Seite 5

Kinder- und Jugendsport

## Seite 22

Fußballschule

## Seite 24

Schwimmbildung

## Seite 26

Schwimmabteilung

## Seite 30

Erwachsenensport

## Seite 42

Rehabilitationssport

## Seite 44

Fitness AKTIV

## Seite 47

Fitnessfabrik

## Seite 50

Dance Company

## Seite 54

Baseball

## Seite 55

Basketball

## Seite 56

Fußball

## Seite 57

Gewichtheben

## Seite 58

Judo

## Seite 59

Hallenfußball

## Seite 59

Luftsport

## Seite 60

Sportschießen

## Seite 61

Taekwondo

## Seite 62

Sporttauchen

## Seite 63

Tennis

## Seite 64

Tischtennis

## Seite 65

Volleyball

## Impressum

**Herausgeber:** SV Bayer Wuppertal e.V.  
Unten Vorm Steeg 5, 42329 Wuppertal  
**Tel.:** 0202 7492 100, **Fax:** 0202 7492 109  
**Mail:** info@sv-bayer.de  
**Redaktion:** Fachbereichs- und Abteilungs-  
leiter des SV Bayer Wuppertal e.V.

**Layout:** Chris Pölking, Mehul Malhotra  
**Grafiken:** Sportpiktogramme -  
© DOSB/Sportdeutschland, Biber-  
Grafiken Carsten Ludwig, Leverkusen  
**Auflage:** 2.000 Stück  
Alle Angaben in diesem Heft sind ohne  
Gewähr. Änderungen vorbehalten!

# WILLKOMMEN IM BAYER SPORTPARK!



- 1 BAYERHALLE (BH)**  
VIP RAUM  
BH 1-3  
BALANCERAUM (B)
  - 2 BREITENSORTZENTRUM (BSZ)**  
GASTRONOMIE  
FITNESS STUDIO AKTIV  
SCHWIMMBAD  
KINDERARZTPRAXIS
  - 3 ZENTRUM FÜR BREITEN & GESUNDHEITSSPORT (ZBG)**  
ZENTRALE INFORMATION  
GYMNASTIKRÄUME  
ZBG 1-3
  - 4 SPORTFABRIK**  
FITNESSFABRIK  
TANZRAUM
  - 5 GESCHÄFTSSTELLE**
- ..... JOGGINGPFAD



Der Kinder-/Jugendsport bietet vom Baby bis hin zum Teenager vielfältige Bewegungsmöglichkeiten. Dabei orientieren sich unsere Angebote vor allem am motorischen Lernalter und dem Grad der Sozialisierung. So haben Vorschulkinder z.B. auch noch die Möglichkeit, mit ihren Eltern zu turnen, wenn das nötig oder gewünscht ist, auch wenn unsere Altersstruktur vom Turnen ohne Eltern ausgeht. Der Kinder-/Jugendsport bietet allen Familien zwei Konzepte, **BIBER** und **KISS**, die sich in Ausrichtung und Beitrag unterscheiden und im Folgenden näher erklärt werden.

Unter Bibersport sind alle Angebote zu verstehen, die mit dem Grundbeitrag des Kinder- und Jugendsports besucht werden dürfen.

Die Kurse der Kindersportschule haben einen monatlichen Zusatzbeitrag.

### Mitgliedschaften Kinder- und Jugendsport:

**BIBER** = Hauptverein + Kinder- und Jugendsport-Beitrag

**KISS** = Hauptverein + Kinder- und Jugendsport Beitrag + KiSS-Beitrag

Unser Team arbeitet in beiden Bereichen nach einem Jahresplan, der mit wechselnden Themen, die Inhalte vermittelt, die zum Alter der Kinder passen. Jede Gruppenleitung setzt diese Inhalte nach eigener Idee um, dabei spielen auch die Räumlichkeit und Ausstattung der Halle eine Rolle. Bei regelmäßiger Teilnahme erleben die Kinder einen ganzheitlichen Jahresplan.

Familienzeit, Feriensport, Wochenendevents, sportliche Kindergeburtstage und saisonale Feste gehören ebenso zum Konzept wie Ausbildung zur Gruppenleitung und Mitbestimmung.



**Natalie Gawenat**

0202 7492 120

natalie.gawenat@sv-bayer.de

**Kassandra Cabadakis**

0202 7492 121

kassandra.cabadakis@sv-bayer.de

**Christina Römer**

christina.roemer@sv-bayer.de

**Estelle Fischer**

0202 7492 122

kiju@sv-bayer.de

Die **KISS** hat dieselbe Ausbildungs- und Altersstruktur wie die **BIBER** Kurse und ist ein alternatives Ausbildungsmodell für alle, die kleinere Gruppen, individuellere Betreuung und erweiterte Angebotszeiten suchen. Unterschiedlich ist, dass KiSS Gruppen vor allem bis zum Schuleintrittsalter kleiner sind und mit dem Zentrum für Breiten- und Gesundheitssport in einer passenden Räumlichkeit stattfinden. Ab dem Schulalter kommen etliche Kurse mit ersten Spezialisierungen hinzu, die unter der Leitung von spezialisierten TrainerInnen angebotsspezifisch im Sportpark verteilt sind. Durch den monatlichen Zusatzbeitrag ist in der Kindersportschule zudem ein konstanteres Gruppengefüge feststellbar, was in Summe zu einer höheren Qualität führt. Zum KiJu Grundbeitrag von umgerechnet 14 € / Monat addiert sich ein monatlicher Zusatzbeitrag ab 15 Euro, je nach Trainingsdauer und -häufigkeit, Biber Kurse können selbstverständlich ergänzend besucht werden.

## Kostenstruktur Kindersportschule pro Monat

| Angebots-Kombinationen pro Woche | 1 x 60 Min | 1 x 90 Min | 2 oder mehr Angebote |
|----------------------------------|------------|------------|----------------------|
|                                  | 15€        | 20€        | 25€                  |

Die Kurse der Kindersportschule sind sechs Wochen zum Quartalsende kündbar.

### Folgende Altersstruktur gilt für alle Kurse!

#### **Eltern Kind Turnen:** Jahrgang 2021 und jünger

Erste Bewegungserfahrung im Geräteparcours, angeleiteter Stundeneinstieg und Stundenklang mit kleinen Sing- und Bewegungsspielen

#### **Minis:** Jahrgang 2020 & 2019

Kinder turnen ohne Eltern, sammeln vielfältige sportpraktische Erfahrung in kleinen zielgerichteten Geräteaufbauten und lernen, was dem motorischen Lernalter entspricht

#### **Maxis:** Jahrgang 2018, 2017 & 1. Schuljahr

Der Anteil an Regelspielen und das Entwickeln sozialer Komponenten nimmt zu, es werden sportartspezifische Fähigkeiten vermittelt.

#### **Minis / Maxis:** 2020 bis 1. Schuljahr

Ein Angebot für Freunde oder Geschwister unterschiedlichen Alters.

#### **Kids:** 2. bis 4. Schuljahr

Grundlagen der großen Team- und Individualsportarten werden in Wochenblöcken erlernt

**Sportneigungen:** Das Alter des Einstiegs ist angebotsabhängig z.B. Gerätturnen, Parkour, Leichtathletik, Zirkus, Fitness, Skaten

# Babybewegungskurse

**BIBER**

16 Wochen bis zu Laufen an der Hand

In der Gruppe werden die Babys unterstützt, ihre Welt zu entdecken und zu begreifen, ihre Sinne kennenzulernen und zu erforschen. Begleitet durch Bewegungsanregungen, Sing- und Fingerspiele werden erste komplexerer Bewegungsabläufe geübt. Das gesellige „Eltern mit Babys treffen auf andere Eltern mit Babys“ macht den Kurs so beliebt.

Zwischen den beiden Kursen bieten wir eine **Elternfitness\*** (10 - 11 Uhr) an, an der gegen einen kleinen Kursbeitrag jederzeit teilgenommen werden kann. Wir kümmern uns dabei bei Bedarf um euren Nachwuchs.

| Montag | Dienstag | Mittwoch                                       | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--------|----------|--|------------|---------|---------|
| -      | -        | 9 - 10 Uhr*<br>Sportfabrik <b>BIBER</b>        | -          | -       | -       |
| -      | -        | 10 - 10:45<br>Sportfabrik <b>ELTERNFITNESS</b> | -          | -       | -       |

Eltern-Fitness unter professioneller Anleitung  
(funktionelles Training mit dem eigenen Körpergewicht oder dem des Babys)

Teilnahme mit 10er Karte möglich 5€/ Einheit.  
Erwerb der 10er Karte vor Ort möglich.

## Eltern-Kind-Turnen

### BIBER & KISS

Jahrgang 2021 und jünger

Sobald die Kinder an der Hand laufen können, nehmen sie am Eltern-Kind-Turnen teil. Die begleitende Person darf dabei natürlich auch ein anderer Erwachsener sein, Mitglied wird in diesen Angeboten nur das Kind. Die Stunden basieren auf selbstständigem Entdecken von Gerätelandschaften sowie erstem angeleiteten, motorischen Lernen. Ritualisierte Sing- und abwechslungsreiche Bewegungsspiele umrahmen den Hauptteil und machen die Stunden rund.

| Montag                                  | Dienstag                                | Mittwoch                                | Donnerstag                               | Freitag  | Samstag |
|---|---|---|--|--|---------|
| 9 - 10 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER   | 9 - 10 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER                                       | -       |
| 10 - 11 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER  | 10 - 11 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER                                      | -       |
| 16 - 17 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | 14 - 15 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | 15 - 16 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | 15:30 - 16:30<br><small>ZBG</small> KISS | 14 - 15 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER<br><small>FAMILIENSPIELSPORT</small> | -       |
| -                                       | 15 - 16 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | 16 - 17 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | -  | -  | -       |

**KISS** Beitrag: 15 Euro/Monat

**Zu den BIBER Eltern Kind-Kursen ist keine Voranmeldung notwendig!**

Geht einfach zu den Terminen eurer Wahl!

## Eltern-Kind trifft Minis

### BIBER & KISS

Jahrgang 2021 bis 2019 ggf. älter

(und für alle, die sich noch nicht trennen können)

Für Kinder, die beim Übergang ins Turnen ohne Eltern noch Unterstützung benötigen. Eltern können anwesend sein, eine Teilnahme ist aber nicht zwingend erforderlich.

| Montag                                  | Dienstag | Mittwoch                                | Donnerstag | Freitag                                  | Samstag                                |
|---|----------|---|------------|--|--|
| 14 - 15 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | -        | 14 - 15 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER | -          | 14:30 - 15:30<br><small>BH</small> BIBER | 9 - 10 Uhr<br><small>BSZ</small> BIBER |
| -                                       | -        | 15 - 16 Uhr<br><small>BSZ</small> KISS  | -          | 15:30 - 16:30<br><small>BH</small> BIBER | -                                      |

**KISS** Beitrag: 15 Euro/Monat

## Minis

**BIBER & MISS**

Jahrgang 2020 und 2019 (Kindergartenkinder)

Die Kinder turnen ohne Anwesenheit der Eltern, sammeln vielfältige sportpraktische Erfahrung in kleinen zielgerichteten Geräteaufbauten gepaart mit diversen motorischen Grundfertigkeiten, die dem motorischen Lernalter entsprechen. Regelsysteme wie Trinkpausen, Anstellen und Abmelden, Spielen und Turnen an Stationen werden immer wieder geübt, um die Grundlagen für alle weiteren Kurse zu legen.

**Anmerkung:**

Für alle, die die großen Geräteaufbauten des Eltern Kind Turnen vermissen: Kommt in unserer Kids World (s. nächste Seite) da trifft ihr auf die tollen Geräteaufbauten.

| Montag                           | Dienstag                       | Mittwoch                                | Donnerstag | Freitag                         | Samstag                         |
|----------------------------------|--------------------------------|---|------------|---------------------------------|---------------------------------|
| 15 - 16 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b>  | 16 - 17 Uhr<br>ZBG <b>MISS</b> | 15 - 16 Uhr<br>Sportfabrik <b>BIBER</b> | -          | 15 - 16 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | 10 - 11 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> |
| 16 - 17 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b>  | -                              | 16 - 17 Uhr<br>Sportfabrik <b>BIBER</b> | -          | -                               | -                               |
| 16:30 - 17:30<br>ZBG <b>MISS</b> | -                              | -                                       | -          | -                               | -                               |

**MISS** Beitrag: 15 Euro/Monat

## Maxis

**BIBER & MISS**

Jahrgang 2018, 2017 und 1. Schuljahr

In dieser Altersgruppe nimmt der Anteil an Regelspielen und das Entwickeln sozialer Komponenten zu, es werden Fähigkeiten wie der Umgang mit Bällen und anderen sportartspezifischen Materialien geschult sowie zielgerichtetes Bewegen auf und an Geräten vermittelt. Fairness im sportlichen Mit- und Gegeneinander wird altersgemäß vermittelt.

| Montag                         | Dienstag                        | Mittwoch                       | Donnerstag                      | Freitag                         | Samstag |
|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|---------|
| 15 - 16 Uhr<br>BH <b>BIBER</b> | 15 - 16 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | 16 - 17 Uhr<br>BH <b>BIBER</b> | 15 - 16 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | 15 - 16 Uhr<br>ZBG <b>MISS</b>  | -       |
| -                              | -                               | -                              | -                               | 15 - 16 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | -       |

**MISS** Beitrag: 15 Euro/Monat

## Minis / Maxis

**BIBER & MISS**

Jahrgang 2020 bis 1. Klasse

Minis / Maxis ist ein gemischtes Angebot für Freunde oder Geschwister unterschiedlichen Alters, die gemeinsam turnen wollen oder sollen.

Beachtet: Motorisch effektiver sind Gruppen mit größerer Altershomogenität.

| Montag | Dienstag | Mittwoch                       | Donnerstag                       | Freitag                         | Samstag                         |
|--------|----------|--------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| -      | -        | 16 - 17 Uhr<br>ZBG <b>MISS</b> | 14 - 15 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b>  | 16 - 17 Uhr<br>ZBG <b>MISS</b>  | 11 - 12 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> |
| -      | -        | -                              | 16:30 - 17:30<br>ZBG <b>MISS</b> | 16 - 17 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | -                               |

**MISS** Beitrag: 15 Euro/Monat

## Maxis Spiele & Taktik

**BIBER**

Jahrgang 2017 und 1. Schuljahr

Dieses Angebot richtet sich an alle Sechs- und Siebenjährigen, die lieber größere Sportspiele statt Kindertunen erleben wollen. Anhand von Sportspielen mit komplexeren Regeln werden Taktiken und Teamstrategien vermittelt und die eigene Kommunikationsfähigkeit in der Gruppe gefördert.



| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag                      | Freitag | Samstag |
|--------|----------|----------|---------------------------------|---------|---------|
| -      | -        | -        | 16 - 17 Uhr<br>BSZ <b>BIBER</b> | -       | -       |

**21.01.2024**  
**18.02.2024**  
**17.03.2024**

**SPORTELENDE**  
**BIS 2 JAHRE: 2€**  
**AB 2 JAHRE: 3,50€**

**BEGLEITPERSONEN**  
**KOSTENFREI**

**MIT KLEINKIND-BEREICH UND**  
**BALL-ARENA FÜR KINDER BIS 10 JAHREN**

**10 - 13 UHR**  
**IM ZENTRUM FÜR**  
**BREITEN- UND**  
**GESUNDHEITSSPORT**

**WAS?**  
Ein kunterbunter Spiel- und Geräteparcours lädt zum (Aus)toben, Erkunden, Spaß haben ein - egal wie draußen das Wetter ist.

## Kids bis Teens

Kids im Grundschulalter befinden sich in der Phase des besten und schnellsten koordinativen Lernens. Die Eigenschaft des großen motorischen Lernfortschrittes in Verbindung mit hoher Bewegungsneugierde und -energie macht unsere Kids Angebote zur perfekten Ausbildungsgrundlage. Viele große Sportarten werden vorgestellt und ausprobiert, so dass sich Interessen und Neigungen feststellen lassen und daraufhin erste Spezialisierungen wie Leichtathletik, Gerätturnen, Parkour, Skaten, Volleyball-Fun oder Floorball gewählt werden können. Allen noch Unentschlossenen empfehlen wir die regelmäßige Teilnahme an der Kids Grundlagenausbildung, um möglichst vielseitig ausgebildet zu werden.

Der Übergang in unsere Sportabteilungen oder andere Vereine ist zum Ende der Grundschule ebenfalls angestrebt.

### Kids

**BIBER & KISS**



Grundlagenausbildung vom 2. bis 4. Schuljahr

| Montag                         | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag                     | Freitag | Samstag |
|--------------------------------|----------|----------|--------------------------------|---------|---------|
| 15 - 16:30<br>ZBG <b>KISS</b>  | -        | -        | 17 - 18 Uhr<br>BH <b>BIBER</b> | -       | -       |
| 16 - 17 Uhr<br>BH <b>BIBER</b> | -        | -        | -                              | -       | -       |

**KISS** Beitrag: 20 Euro/Monat



## Volleyball - for Fun

**BIBER**

13 bis 17 Jahre

Hier wird Volleyball trainiert und gespielt, aber einfach zum Spaß.

| Montag | Dienstag | Mittwoch                          | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--------|----------|-----------------------------------|------------|---------|---------|
| -      | -        | 19:30 - 21:30<br>ZBG <b>BIBER</b> | -          | -       | -       |

# Family - Floorball

**BIBER**

Familiensportzeit 8 bis 99 Jahre

Floorball oder auch Unihockey genannt, ist ein intensives Mannschaftsspiel mit Training der technischen Grundlagen. Eine Mischung aus Eishockey und Hallenhockey. Ein toller Spaß für die ganze Familie.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag                        | Freitag | Samstag |
|--------|----------|----------|-----------------------------------|---------|---------|
| -      | -        | -        | 17:30 - 19:00<br>ZBG <b>BIBER</b> | -       | -       |

# Fitness-Powertraining

**BIBER**

Fitnessstraining für sportbegeisterte Kids und Teens

Fitness-/Athletiktraining mit Schwitzegarantie und Zeit zum richtig Auspowern. Zirkeltraining, Tabata, Crossfit, Freeletics, hier bleibt keine Stirn trocken.

| Montag | Dienstag | Mittwoch                      | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--------|----------|-------------------------------|------------|---------|---------|
| -      | -        | 18 - 19:30<br>BH <b>BIBER</b> | -          | -       | -       |



## Leichtathletik

**KISS**



1. Schuljahr bis 14 Jahre

Vermittelt werden die leichtathletischen Grundlagen Laufen, Springen, Werfen zur Vorbereitung auf einen möglichen Übergang in die Wettkampfleichtathletik vermittelt. Die Einheiten sind spielerisch und bewegungsintensiv.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag                      | Freitag | Samstag |
|--------|----------|----------|---------------------------------|---------|---------|
| -      | -        | -        | 15:30 - 17:00<br>BH <b>KISS</b> | -       | -       |

**KISS** Beitrag: 20 Euro/Monat



## Skating

**KISS**

1. Schuljahr bis 14 Jahre

Vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen, hier können alle mitrollen. Ihr habt die Wahl zwischen *Inline Hockey* und *Tricks & Skills* auf Rampen und Co.. Skates und Helm sind mitzubringen (restl. Schoner optional).

| Montag  | Dienstag                                     | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|---|--|----------|------------|---------|---------|
| 14 - 15 Uhr<br>ZBG <b>KISS</b><br>Inline-Hockey | 15 - 16:30<br>BH <b>KISS</b><br>Rampen & Co. | -        | -          | -       | -       |

**KISS** Beitrag Mo: 15 Euro/Monat

**KISS** Beitrag Di: 20 Euro/Monat

## Abenteuersport

**KISS**

8 - 12 Jahre

Das gemeinsame Erleben und Entdecken der eigenen Fähigkeiten stehen im Mittelpunkt dieses Kurses. Action einerseits, Teamarbeit auf der anderen Seite. Hier findet fast alles statt, was Sportfans Spaß macht.

| Montag | Dienstag                      | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--------|-------------------------------|----------|------------|---------|---------|
| -      | 15:30 - 17<br>ZBG <b>KISS</b> | -        | -          | -       | -       |

**KISS** Beitrag: 20 Euro/Monat

## Parkour KISS

7 bis 16 Jahre

Was ist der schnellste Weg von A nach B? Dash, Monkey, Catleap - und weitere coole Moves verhelfen euch, einen eigenen Parkourstyle zu entwickeln!

| Montag                                       | Dienstag | Mittwoch                                      | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--|----------|---|------------|---------|---------|
| 16 - 17:30<br>BH <b>KISS</b><br>ab 10 Jahren | -        | 15 - 17 Uhr<br>BH <b>KISS</b><br>ab 8 Jahren  | -          | -       | -       |
| -  | -        | 15 - 16:30<br>ZBG <b>KISS</b><br>ab 7 Jahren  | -          | -       | -       |
| -  | -        | 16:30 - 18<br>ZBG <b>KISS</b><br>ab 10 Jahren | -          | -       | -       |
| -  | -        | 18 - 19:30<br>ZBG <b>KISS</b><br>ab 14 Jahren | -          | -       | -       |

**KISS** Beitrag: 20 Euro/Monat

## Gerätturnen KISS

ab 6 Jahren

Boden, Sprung, Balken, Reck - hier werden turnerische Grundlagen gelegt und ausgebaut. Teilnahme an Wettkämpfen ist ab einem bestimmten Leistungsstand möglich.

| Montag                                     | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag  | Freitag  | Samstag |
|--|----------|----------|---|--|---------|
| 15 - 16 Uhr<br>ZBG <b>KISS</b><br>Anfänger | -        | -        | 15 - 16 Uhr<br>ZBG <b>KISS</b><br>Anfänger        | 15:30 - 17<br>ZBG <b>KISS</b><br>Fortgeschritten | -       |
| -  | -        | -        | 16 - 17 Uhr<br>ZBG <b>KISS</b><br>Fortgeschritten | -  | -       |
| -  | -        | -        | 17 - 18 Uhr<br>ZBG <b>KISS</b><br>Fortgeschritten | -  | -       |

**KISS** Beitrag Mo/Do: 15 Euro/Monat

**KISS** Beitrag Fr: 20 Euro/Monat

## Zirkus

**KISS**

8 - 12 Jahre

Manege frei! Taucht ein in unsere Zirkuswelten:

Die Kids lernen diverse Jonglagen, balancieren auf dem RolaBola, Akrobatik, Artistik, Minitrampolin, Diabolo uvm.

| Montag                        | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|-------------------------------|----------|----------|------------|---------|---------|
| 17 - 18:30<br>BSZ <b>KISS</b> | -        | -        | -          | -       | -       |

**KISS** Beitrag: 20 Euro/Monat

## TalentKids

**KISS**

ab 1. Schuljahr

Für Kinder im Grundschulalter mit besonderem sportlichen Talent sind die Talentkids wie geschaffen. Zweimal pro Woche werden 90 Minuten zielgerichtet und mit höherer Intensität alle gängigen Sportarten erlernt und so eine ausgezeichnete Grundlagenausbildung gelegt. Die Teilnehmer bleiben in diesem Gruppenverband bis zum 5./6. Schuljahr. Ziel ist es, danach die richtige Spezialisierung zu finden und diese ggf. als Wettkampfsport zu verfolgen. Veranstaltungen wie gemeinsame Ausflüge z.B. in die Kletterhalle, Teilnahme an externen Wettkämpfen oder Durchführung außergewöhnlicher Sportaktivitäten gehören zum Konzept, um Eltern und Kinder über die mehrjährige Zusammenarbeit zu vernetzen. Vor Zusammenschluss einer neuen Gruppe (alle zwei Jahre) nehmen interessierte Kinder an einem sportmotorischen Test teil, um die Eignung für die Gruppe objektiv zu beurteilen.

Der nächste sportmotorische Test für 1. & 2. Klässler im Schuljahr 2024/2025 findet im **März 2024** statt.

**Anmeldungen für den Test** bitte bei Natalie Gawenat,

Tel.: 0202 7492 120, [natalie.gawenat@sv-bayer.de](mailto:natalie.gawenat@sv-bayer.de)



## Fitness-Kurs

ab 14 Jahren

Teilnahmevoraussetzung ist das Interesse an den Grundlagen der Krafttrainingsmethodik, um anschließend sicher, effizient und abwechslungsreich im Fitness-Studio trainieren zu können. Neben vielen Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, um Koordination und Bewegungsvorstellungen zu schulen, erfahrt ihr auch wie richtig mit Kurz- und Langhanteln trainiert wird.

**8 Termine - immer montags 17:00 - 18:30 Uhr - Fitnessfabrik**

60€ Mitglieder

80€ Nicht-Mitglieder

Kursstart auf Nachfrage

**Anmeldungen für den Kurs** bitte bei Cassandra Cabadakis

Tel.: 0202 7492 121, [kassandra.cabadakis@sv-bayer.de](mailto:kassandra.cabadakis@sv-bayer.de)



## Trampolin-Kurs

ab Grundschulalter

Teilnahmevoraussetzung sind Grundsprünge und Grundkörperspannung, um darauf aufbauen zu können. Ein paar Besuche in einem Trampolinpark reichen in der Regel schon aus, um diese Anforderungen zu erfüllen.

**8 Termine - immer freitags 14:30 - 15:30 Uhr - ZBG**

40€ Mitglieder

60€ Nicht-Mitglieder

Kursstart auf Nachfrage.

**Anmeldungen für den Kurs** bitte bei Cassandra Cabadakis,

Tel.: 0202 7492 121, [kassandra.cabadakis@sv-bayer.de](mailto:kassandra.cabadakis@sv-bayer.de)



# WIR SUCHEN DICH!



Coach



Abteilungsleitung



Übungsleitung



Ältestenrat



Praktikant\*In



Ehrenamt



Sporthelfer\*In



Hauptamt



FSJ/BFD

SEI MEHR ALS NUR MITGLIED IM

# SV BAYER!

Wir suchen immer nach Verstärkung für unseren Verein.  
Melde dich jetzt und werde ein Teil der Gemeinschaft.

[WWW.SV-BAYER.DE/JOBS](http://WWW.SV-BAYER.DE/JOBS)



## Nachschulbetreuung

Maßgeschneidertes Angebot für Grundschüler\*innen

Die Nachschulbetreuung für Grundschüler\*innen beim SV Bayer Wuppertal steht für flexible Abholzeiten und bedarfsgerechte Inanspruchnahme von Betreuungszeiten. Wir verbinden Betreuung mit der Möglichkeit, regelmäßig am Vereinssport teilzunehmen.

### Die Nachschulbetreuung bietet:

- eigene Etage in neuer Sportfabrik
- Abholung von den Schulen zum Bayer Sportpark
- (nach Ende des Unterrichts/Schulbetreuung)
- Zeit für Erledigung der Hausaufgaben
- warmes Mittagessen im Bayer Sportpark sowie Snacks und Getränkeversorgung
- vielseitiges Sportprogramm auf moderner vereinseigener Anlage (Kletterwand, Freiplätze, Spielplatz, SoccArena, Sporthallen)
- ideenreiches Freizeitprogramm (mit Garten- und Werkzeug)
- Spiel- und Ruhezeiten
- Leitung/Betreuung durch qualifiziertes Personal
- bedarfsgerechte Buchung 1 - 5 Tag(e) / Woche (für die Dauer eines Schulhalbjahres), Betreuungszeit bis 18:00 Uhr möglich

**Kosten:** 5,- € / Stunde (zzgl. 5,- € Tagespauschale zzgl. Vereinsmitgliedschaft)

Alle weiteren Infos tauschen wir gerne im einem persönlichen Gespräch aus.

### Ansprechpartnerin

**Christina Römer**

Telefon: 0202 7492 122

NSB-Handy: 0177 7449132

[christina.roemer@sv-bayer.de](mailto:christina.roemer@sv-bayer.de)



# Kindergeburtstag beim SV Bayer

Bei uns kommt ihr in Bewegung

Für alle sportbegeisterten Kids gibt es viele Möglichkeiten, einen unvergesslichen Geburtstag bei uns zu feiern. Damit die Geburtstagsfeier zum absoluten Highlight wird, stehen coole Themen zur Auswahl, die Spaß, Spiel, Sport und Miteinander garantieren.

## Inhalte

\*Superhelden \*Piratenabenteuer \*Parkour \*Spiele-Mix \*Abenteuer im Zoo ,  
\*Kindertanz \*Ninja Warrior \*Gefängnisausbruch \*Wer war's? \*Reise um die Welt

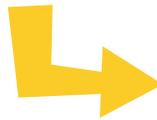
## Gut zu wissen

Alle Geburtstage dauern 3 Stunden und beinhalten ein zweistündiges sportliches Programm, das durch erfahrene Übungsleiter\*Innen angeleitet wird sowie insgesamt einer Stunde Zeit für Tisch- und Geschenkzeit, ganz nach euren Wünschen inhaltlich und zeitlich planbar. Für die Verpflegung stehen euch Tische und Stühle zur Verfügung. Deko, Getränke und Speisen können selbst mitgebracht werden. Bitte nehmt anfallenden Müll wieder mit und hinterlasst die Räumlichkeiten wie ihr sie vorgefunden habt.

## Mögliche Zeiten

Sa: 13:00 - 16:00 Uhr  
Sa: 16:00 - 19:00 Uhr  
So: 11:00 - 14:00 Uhr  
So: 14:00 - 17:00 Uhr

## Weitere Fragen?



## Preise

Für Mitglieder: 160 - 170 Euro  
Für Nicht-Mitglieder: 226,10 - 238 Euro inkl. gesetzliche Mwst.

### Ansprechpartnerin

**Kassandra Cabadakis**  
**Telefon:** 0202 7492 121  
kassandra.cabadakis@sv-bayer.de

### Ansprechpartner Fußball

**Tobias Orth**  
**Telefon:** 0202 7492 170  
tobias.orth@sv-bayer.de

TRINKT DOCH  
WASSER WOLLT.

ABER BITTE  
REGIONAL.



  
BEWUSST BERGISCH.

## Feriensport

Spiel, Sport & Spaß



Wer in den Ferien nicht verreist oder auch einfach nur Lust auf Bewegung hat, ist in unseren Feriensportprogrammen bestens aufgehoben. Unter der Anleitung eines fachkundigen Betreuungsteams erwartet die Kinder eine abwechslungs- und sportreiche Woche mit viel Action und Spaß.

**Für die Teilnahme am Feriensport ist keine Mitgliedschaft beim SV Bayer notwendig.**

### Anmeldung

Eine Anmeldung ist erforderlich unter:  
[www.sv-bayer.de/kiju-feriensport](http://www.sv-bayer.de/kiju-feriensport)



### Zeitlicher Rahmen

- montags bis freitags immer von **9.00 bis 16.00 Uhr**
- eine **Betreuungszeit von 8.00 bis 9.00 Uhr und von 16.00 bis 17.00 Uhr** ist **zusätzlich**, kostenpflichtig und wochenweise buchbar. In den zusätzlichen Betreuungszeiten werden die Kinder in unseren Räumlichkeiten beaufsichtigt. Für diese Zeit sollten die Kinder Spiel- und Malsachen oder etwas zu Lesen mitbringen.

### Ort

Bayer-Sportpark in Wuppertal Sonnborn (Turnhallen und Außengelände)

### Inhalte und Leistungen

- gemischtes und altersspezifisches Sportangebot
- Outdoor- und Abenteuerspiele
- klassische Sport- und Ballspiele, Trendsportarten
- warme Mittagsmahlzeit und Getränke in den Essenszeiten
- Sonderprogramm: Fußballcamp (inkl. Puma Fußballtrikot)



### Ansprechpartnerinnen

Kassandra Cabadakis **Telefon:** 0202 7492 121

Natalie Gawenat **Telefon:** 0202 7492 120

**Mail:** [kiju@sv-bayer.de](mailto:kiju@sv-bayer.de)

## SV Bayer Fußballschule

Kicken, weil's Spaß macht!

Mitgliedschaften **Fußballschule**:

**Hauptverein (42€ pro HJ) + Kinder- und Jugendsport (7€ pro Monat)**

Mit der Fußballschule verfolgt der SV Bayer zwei Ziele. Zum einen können hier fußballbegeisterte Kinder ihrem Hobby naheifern, auch wenn sie kein Interesse am Wettkampfbetrieb haben. Zum anderen haben aktive Nachwuchsfußballer die Möglichkeit, sich durch die Kurse der Fußballschule individuell zu verbessern. Alle Angebote finden inhaltsabhängig auf dem großen Kunstrasenplatz oder in der „SoccArena“-Freilufthalle statt. Ein Team aus qualifizierten Fußball-Trainern leitet die Angebote unserer Fußballschule.

Für die Teilnahme an der Fußballschule ist eine Vereinsmitgliedschaft notwendig. Die Fußballschule ist als Kurssystem aufgebaut. Die Kurse bestehen aus drei Trimestern. In den Schulferien finden keine Einheiten statt. Besonders interessant ist auch das umfangreiche Feriensportprogramm des Kinder- und Jugendsport. Eine Anmeldung erfolgt schriftlich nach vorheriger persönlicher Beratung. Rufe uns an, oder schicke uns eine Mail.

### Kostenstruktur SV Bayer Practice „Soccer Basics“

- nur für Vereinsmitglieder -

| Angebote pro Woche | 1 x 60 min | 1 x 90 min | 2 x 60 min | 2 x 90 min   |
|--------------------|------------|------------|------------|--------------|
| Preis pro Einheit  | 4,- €      | 6,- €      | 2 x 3,- €  | 2 x 4,50,- € |



**Ansprechpartner**

**Tobias Orth**

**Telefon:** 0202 7492 170

tobias.orth@sv-bayer.de



## SV Bayer Practice

Nur für Vereinsmitglieder

### „Soccer Basics“ - Grundlagentraining ab 5 Jahren

In kleinen Lerngruppen erhalten die Kinder altersgerechtes Fußballtraining nach dem Vielseitigkeitsansatz. Sie laufen, springen, werfen, dribbeln, schießen. Und natürlich SPIELEN sie auch! Ab fünf Jahren können Kinder eine der erfolgreichsten Sportarten der Welt ganz ohne Leistungsdruck erlernen. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Beim SV Bayer Practice kann jeder mitspielen!

#### MiniKicker (Jahrgang 2018)

|          |                   |           |
|----------|-------------------|-----------|
| Dienstag | 15:00 - 16:00 Uhr | SoccArena |
| Freitag  | 16:00 - 17:00 Uhr | SoccArena |

#### MaxiKicker (Jahrgang 2017)

|          |                   |           |
|----------|-------------------|-----------|
| Montag   | 16:00 - 17:00 Uhr | SoccArena |
| Mittwoch | 15:00 - 16:00 Uhr | SoccArena |
| Freitag  | 15:00 - 16:00 Uhr | SoccArena |

#### KickerKids 1 (Jahrgänge 2015 - 2016)

|            |                   |            |
|------------|-------------------|------------|
| Montag     | 15:00 - 16:00 Uhr | SoccArena  |
| Dienstag   | 15:00 - 16:00 Uhr | Kunstrasen |
| Donnerstag | 15:00 - 16:00 Uhr | SoccArena  |
| Donnerstag | 15:00 - 16:00 Uhr | Kunstrasen |
| Freitag    | 17:00 - 18:00 Uhr | SoccArena  |

#### KickerKids 2 (Jahrgänge 2013 - 2014)

|            |                   |            |
|------------|-------------------|------------|
| Dienstag   | 16:00 - 17:30 Uhr | Kunstrasen |
| Donnerstag | 16:00 - 17:30 Uhr | SoccArena  |

#### KickerTeens (Jahrgänge 2009 - 2012)

|            |                   |            |
|------------|-------------------|------------|
| Dienstag   | 16:00 - 17:30 Uhr | SoccArena  |
| Mittwoch   | 16:00 - 17:30 Uhr | SoccArena  |
| Donnerstag | 16:00 - 17:30 Uhr | Kunstrasen |

Alle Einheiten werden von professionellen Coaches geleitet!

## Übersicht Schwimmausbildung

Von der Wassergewöhnung bis zur Breitensportgruppe



Erforderliche Mitgliedschaften für Kurse im Schwimmbad Breitensportzentrum:  
**Hauptverein (42€ pro HJ) + Kinder- und Jugendsport (7€ pro Monat)**

## Wassergewöhnung für Babys

3 bis 12 Monate

Die große Bedeutung frühkindlichen Wasserkontaktes ist unumstritten. Die Babys gewinnen im Wasser erste Erfahrungen mit dem nassen Element. Der enge Körperkontakt zu den Eltern ist für Kind und Eltern von enorm wohltuender Wirkung.

|          | <b>1. Trimester (9 / 10 Termine)</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester (10 / 11 Termine)</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|----------|---|--|
| Montag   | 10:45 Uhr   | 10:45 Uhr  |
| Dienstag | 10:45, 11:30, 14:30 Uhr                                     | 10:45, 11:30, 14:30 Uhr                                      |
| Freitag  | 8:30 Uhr  | 8:30 Uhr   |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

# Wasserbewältigung

1 und 2 Jährige

Der spielerische Umgang mit dem Medium Wasser bewirkt den Abbau von Ängsten vor dem nassen Element. Die Kinder sind gemeinsam mit einem Elternteil im Wasser, so dass rege spielerische Kontakte zu den anderen Kindern entstehen.

|            | <b>1. Trimester (9 / 10 Termine)</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester (10 / 11 Termine)</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|---|--|
| Montag     | 9:15, 10:00 Uhr   | 9:15, 10:00 Uhr  |
| Dienstag   | 9:15, 10:00 Uhr   | 9:15, 10:00 Uhr  |
| Mittwoch   | 8:30, 9:15, 14:30 Uhr                                       | 8:30, 9:15, 14:30 Uhr  |
| Donnerstag | 14:30 Uhr   | 14:30 Uhr  |
| Freitag    | 9:15, 10:00, 14:45, 15:30 Uhr                               | 9:15, 10:00, 14:45, 15:30 Uhr                                |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

# Kinderschwimmen "Wasserfrösche"

3 und 4 Jährige

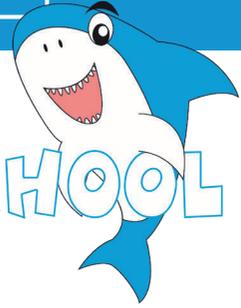
In spielerischer Form erkunden die „Wasserfrösche“ zusammen mit einem Elternteil das Wasser. Neben dem spielerischen Planschen lernen die Kinder Tauchen, Springen und selbständiges Bewegen im nassen Element. Den Abschluss des Kurses mit mindestens 4,5 Jahren bildet das „Froschabzeichen“, bei dem die Kinder verschiedene Aufgaben bewältigen müssen. Als Belohnung gibt es dann das Abzeichen zum Aufnähen und eine Urkunde.

|            | <b>1. Trimester (9 / 10 Termine)</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester (10 / 11 Termine)</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|---|--|
| Montag     | 14:30, 15:15 Uhr  | 14:30, 15:15 Uhr   |
| Dienstag   | 15:15, 16:00, 16:45 Uhr                                     | 15:15, 16:00, 16:45 Uhr                                      |
| Mittwoch   | 15:15, 16:00 Uhr  | 15:15, 16:00 Uhr   |
| Donnerstag | 15:15, 16:00 Uhr  | 15:15, 16:00 Uhr   |
| Freitag    | 16:15, 17:00 Uhr  | 16:15, 17:00 Uhr   |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.



An Feiertagen, Brückentagen und Rosenmontag finden keine Kurse statt.



## Die SV Bayer HAI SCHOOL

**Mitgliedschaften: Hauptverein + Schwimmen**  
(in Hai School 1 & 2 optional)

In der **Hai School** des **SV Bayer Wuppertal** können Kinder ab 4,5 Jahren anfangen, schwimmen zu lernen. Derzeit lernen bei uns bis zu 200 Kinder das Schwimmen. Die Kinder werden von zwei professionell ausgebildeten Übungsleiter\*Innen am Beckenrand begleitet und können so individuell gefördert werden. Der Schwimmunterricht findet einmal wöchentlich statt.

### Organisatorisches:

Die **Hai School** bietet drei Kursblöcke im Jahr (von Januar bis Ostern, von Ostern bis Sommer und von Sommer bis Winter) an. Die Kurse finden in der Schwimmoper und mittwochs im Schwimmbad Röttgen statt. Es können Mitglieder des **SV Bayer** und Nicht-Mitglieder daran teilnehmen.

Anmeldung erforderlich. Für die Kurse kannst du dich vor Kursbeginn vormerken lassen. Bitte maile den gewünschten Kurstag, Geburtstag und Namen deines Kindes, Anschrift und deine Telefonnummer an: [schwimmschule@sv-bayer.de](mailto:schwimmschule@sv-bayer.de). Wir tragen dich bzw. dein Kind unverbindlich auf eine Warteliste ein und informieren dich rechtzeitig vor Kursbeginn.

### Konzept und Ziele:

Dein Kind wird langsam und spielerisch an den Umgang mit und im Wasser gewöhnt und lernt die Grundlagen wie gleiten, tauchen, springen, ausatmen und vieles mehr. Nach dem Erreichen dieser spielerischen Elemente, beginnen wir mit dem Erlernen des Rückenschwimmens. Können die Kinder sicher eine Bahn im Lehrschwimmbekken schwimmen, wechseln sie ins Schwimmerbecken und üben dort das selbstständige Schwimmen.

In **Stufe 1** der **Hai School** erlangt dein Kind das Schwimmabzeichen Seepferdchen.

In **Stufe 2** soll das Schwimmabzeichen Bronze abgelegt werden und eine sichere Wasserlage beigebracht werden. Unser Ziel ist es, den Kindern bis zum 8./9. Lebensjahr die verschiedenen Schwimmtechniken in unseren Schwimmgruppen beizubringen und ihnen die Grundlagen für ein sicheres lebenslanges Schwimmen zu vermitteln. Egal ob in der Schule oder in der Freizeit halten wir es für wichtig, dass dein Kind sicher und ohne Aufsicht schwimmen kann.

# SCHWIMMEN



## Hai School - Stufe 1

Seepferdchen



|            | <b>1. Trimester</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|--|
| Montag     | 15:30, 16:15 Uhr                           | 15:30, 16:15 Uhr                           |
| Dienstag   | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    |
| Mittwoch   | 15:00, 16:00 Uhr                           | 15:00, 16:00 Uhr                           |
| Donnerstag | 15:30, 16:15, 17:00 Uhr                    | 15:30, 16:15, 17:00 Uhr                    |
| Freitag    | 15:30, 16:15, 17:15 Uhr                    | 15:30, 16:15, 17:15 Uhr                    |



Jede Einheit umfasst 45 Minuten.

Kursbeitrag: Mitglieder 5€, Nicht-Mitglieder 12€ pro Einheit.



## Hai School - Stufe 2

Bronze



|            | <b>1. Trimester</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|--|
| Montag     | 15:30 Uhr                                  | 15:30 Uhr                                  |
| Dienstag   | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    |
| Mittwoch   | 15:00, 16:00 Uhr                           | 15:00, 16:00 Uhr                           |
| Donnerstag | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    | 15:45, 16:30, 17:15 Uhr                    |
| Freitag    | 15:30, 16:15 Uhr                           | 15:30, 16:15 Uhr                           |



Jede Einheit umfasst 45 Minuten.

Kursbeitrag: Mitglieder 5€, Nicht-Mitglieder 12€ pro Einheit.

Nach der **Hai School** bieten wir dir und deinem Kind verschiedene Möglichkeiten an, weiterhin im Wasser aktiv zu sein. Du möchtest einfach nur weiter schwimmen? Dann bist du in unseren Breitensportgruppen genau richtig. Infos zu diesen Gruppen findest du auf der nächsten Seite.

Du bist ein kleines Schwimmtalent und unsere Trainerinnen haben dich bereits angesprochen? Dann wartet jetzt ein Schnuppertraining bei den **Hai Talentix** auf dich. Die **Hai Talentix** sind eine feste Schwimmgruppe, die sich an die **Hai School** anschließt. An zwei Terminen pro Woche erlernst du die Schwimmlagen Kraul, Rücken und Brust. Es wird an Land und im Wasser trainiert und wer mag, kann in kleine Wettkämpfe reinschnuppern. Jedes Kind der **Hai Talentix** Gruppe erhält von uns zum Start ein **Hai Talentix** T-Shirt.

# SCHWIMMEN



## Hai School - Stufe 3

Silber



|            | <b>1. Trimester</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|--|
| Montag     | 16:15 Uhr                                  | 16:15 Uhr                                  |
| Dienstag   | 15:45 Uhr                                  | 15:45 Uhr                                  |
| Mittwoch   | 15:00 Uhr                                  | 15:00 Uhr                                  |
| Donnerstag | 17:15 Uhr                                  | 17:15 Uhr                                  |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.



## Hai School - Stufe 4

Gold



|            | <b>1. Trimester</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|--|
| Montag     | 17:00 Uhr                                  | 17:00 Uhr                                  |
| Dienstag   | 16:30 Uhr                                  | 16:30 Uhr                                  |
| Mittwoch   | 16:00 Uhr                                  | 16:00 Uhr                                  |
| Donnerstag | 18:15 Uhr                                  | 18:15 Uhr                                  |

➔ Jede Einheit umfasst 60 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.



## Hai School - Stufe 5

für die, die schon Gold haben



|          | <b>1. Trimester</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|----------|--|--|
| Dienstag | 17:30, 18:30 Uhr                           | 17:30, 18:30 Uhr                           |
| Freitag  | 17:00 Uhr                                  | 17:00 Uhr                                  |

➔ Jede Einheit umfasst 60 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

### WICHTIG:

Die Kurse der Stufe 3, 4 und 5 sind Vereinsmitgliedern vorbehalten.

## Vorschwimmen

Neu beim Schwimmen?

Solltest du bislang woanders geschwommen sein und hast nun Interesse zu uns zu wechseln, laden wir dich gerne zu einem Vorschwimmen ein, damit wir dich in die richtige Gruppe einteilen können. Treffpunkt für das Vorschwimmen bei Maximilian Arsenio Laub ist freitags um 14.45 Uhr im Foyer der Schwimmoper. Es gilt eine vorherige Terminvereinbarung, wenn Vakanzen verfügbar sind. Bei Interesse bitte an die Schwimmabteilung wenden.

[schwimmschule@sv-bayer.de](mailto:schwimmschule@sv-bayer.de) | **Telefon: 0202 7492 132**

## Schwimmen

Leistungssport

Die Schwimmer des SV Bayer Wuppertal sorgen auch international für den guten Ruf des Vereins. Dabei gilt ein wesentlicher Schwerpunkt der Förderung des Nachwuchses. Dass dieses Konzept aufgeht, zeigen viele Eigengewächse, die auf dem Sprung in die nationale Spitze sind oder sich dort bereits befinden. Das gemeinsame Fernziel von Athleten, Trainer\*innen und Abteilung lautet alle vier Jahre Olympische Spiele. Für den Nachwuchs geht es regelmäßig um die Qualifikation zu den Jugend-Europameisterschaften, die jährlich stattfinden. Auf dem Weg dorthin wird der Schwimmsport beim SV Bayer Wuppertal dank seiner Vorzeigethleten und der hoffnungsvollen Talente unter der Leitung von Cheftrainer Michael Bryja das Spitzensporttauhängeschild des Vereins bleiben.

## Sportangebote

### Mitglieder

Mitgliedschaften Erwachsenensport:

**Hauptverein (55€ pro Halbjahr) + Erwachsenensport (9€ pro Monat)**

Unter dem Motto „Sport für Alle“ bietet der Erwachsenensport zahlreiche Sport- und Bewegungsangebote speziell für unsere Vereinsmitglieder an, die das ganze Jahr über, mit Ausnahme der Ferienzeiten, stattfinden.

## Kursangebote

### Mitglieder und Nicht-Mitglieder

An unseren Kursangeboten dürfen auch Nicht-Mitglieder teilnehmen. Eine Ausnahme bildet das Aqua-Training, hier sind nur Mitglieder zugelassen.

|                  | 60 Minuten      | 90 Minuten        |
|------------------|-----------------|-------------------|
| Mitglieder       | 5€ pro Einheit  | 7,50€ pro Einheit |
| Nicht-Mitglieder | 10€ pro Einheit | 15€ pro Einheit   |



Fachbereichsleitung

**Sonja Lütz**

**Telefon:** 0202 7492 250

sonja.luetz@sv-bayer.de



Ansprechpartner

**Marcel Günther**

**Telefon:** 0202 7492 251

marcel.guenther@sv-bayer.de

## Bewegung im Sitzen

Besonders Personen mit körperlichen Beeinträchtigungen werden durch gezielte Bewegung mobil gehalten.

| 60 Min.    | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Donnerstag | 10:00 Uhr                           | 10:00 Uhr                           |

## Gymnastik für Männer

Kräftigungs- und Dehnübungen zur Verbesserung der Kondition und Beweglichkeit.

| 60 Min.  | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Dienstag | 09:00 Uhr                           | 09:00 Uhr                           |

## Seniorengymnastik

Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining zur Verbesserung von der Reaktions- und Gleichgewichtsfähigkeit.

| 60 Min.    | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Dienstag   | 10:00, 11:00 Uhr                    | 10:00, 11:00 Uhr                    |
| Donnerstag | 09:00, 10:00 Uhr                    | 09:00, 10:00 Uhr                    |
| Freitag    | 10:00 Uhr                           | 10:00 Uhr                           |

## Fit und in Form für Ältere

Stabilisation des Herz-Kreislauf-Systems mit unterschiedlichsten Trainingsgeräten.

| 90 Min. | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|---------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Montag  | 17:00 Uhr                           | 17:00 Uhr                           |

## Fit und in Form

Ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm mit Elementen aus verschiedenen Fitnesstrends.

| 60 Min.    | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Montag     | 09:00, 10:00, 20:00 Uhr             | 09:00, 10:00, 20:00 Uhr             |
| Dienstag   | 19:00 Uhr                           | 19:00 Uhr                           |
| Mittwoch   | 10:00, 17:00, 18:00 Uhr             | 10:00, 17:00, 18:00 Uhr             |
| Donnerstag | 19:00 Uhr                           | 19:00 Uhr                           |

## Ganzkörperworkout / Full Body Workout / Bodyfit

Ein effektives Ganzkörpertraining für Ausdauer, Flexibilität, Kraft und Koordination.

| 60 Min.    | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Montag     | 19:00 Uhr                           | 19:00 Uhr                           |
| Donnerstag | 18:00 Uhr                           | 18:00 Uhr                           |
| Freitag    | 09:30 Uhr                           | 09:30 Uhr                           |



### Online-Kurs

Unser Zoom-Kurs für Mitglieder und Nichtmitglieder bleibt weiterhin erhalten.

### Fit und in Form

jeden Dienstag um 18:00 Uhr

Ihr erhaltet den Zugangslink bei der Kursbestätigung.

Rückfragen und Anmeldung unter: 0202 7492 250

Nicht-Mitglieder:  
7,50€ pro Einheit

## ZUMBA®

Zumba® kombiniert Aerobic mit lateinamerikanischen sowie internationalen Tänzen.

| 90 Min.  | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Mittwoch | 19:00, 20:30 Uhr                    | 19:00, 20:30 Uhr                    |

## Linedance

Getanzt wird nach festen Choreografien ohne Partner. Linedance macht Spaß und hält fit!

| 90 Min.  | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Dienstag | 17:00, 18:30 Uhr                    | 17:00, 18:30 Uhr                    |

## Spiele und Fitness

Unterschiedliche Spiele wie Basketball, Fußball, Handball, Hockey und (Beach-)Volleyball stehen auf dem Programm.

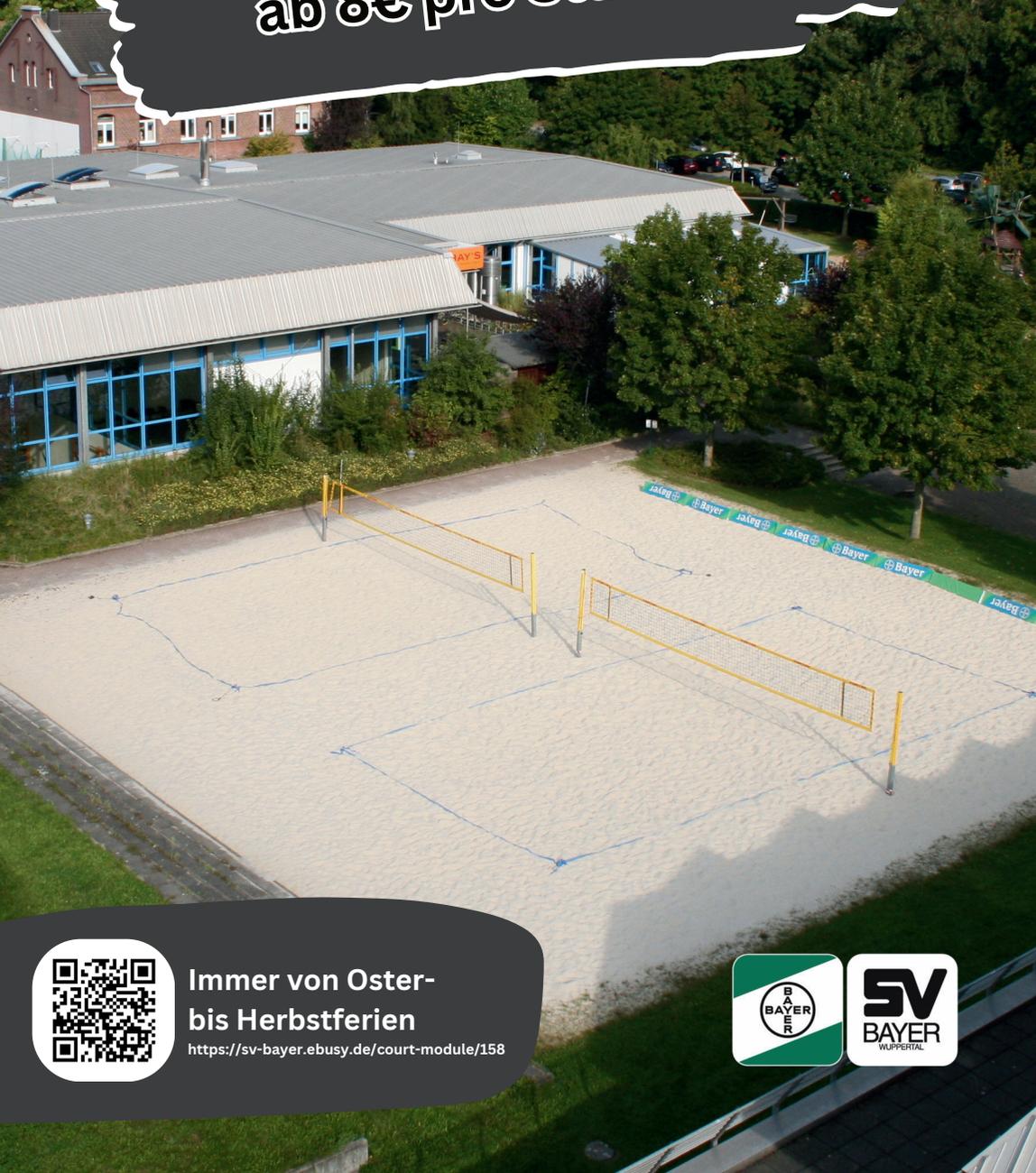
| 120 Min.   | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Montag     | 20:00Uhr                            | 20:00 Uhr                           |
| Mittwoch   | 20:00 Uhr                           | 20:00 Uhr                           |
| Donnerstag | 20:00 Uhr                           | 20:00 Uhr                           |

## Hobby-Mixed-Volleyball

Gemischte Gruppen, bei denen in erster Linie Spaß und Freude im Vordergrund stehen.

| 120 Min. | 1. Trimester<br>08.01. - 15.03.2024                   | 2. Trimester<br>08.04. - 05.07.2024                   |
|----------|---|---|
| Mittwoch | 20:00 Uhr (2 Gruppen)<br>TH Sillerstraße & Bayerhalle | 20:00 Uhr (2 Gruppen)<br>TH Sillerstraße & Bayerhalle |

Vermietung Beachfeld  
ab 8€ pro Stunde



Immer von Oster-  
bis Herbstferien

<https://sv-bayer.ebusy.de/court-module/158>



## Rückenfitness für Ältere

Vorbeugung von Haltungsschäden und Verspannungen vorzubeugen.

| 60 Min. | 1. Trimester (9 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|---------|---|--|
| Montag  | 10:00 Uhr   | 10:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Ganzkörperkräftigung für Ältere

Abwechslungsreiche Trainingseinheiten zur Verbesserung von Beweglichkeit und Ausdauer, sowie dem Reaktionsvermögen und der Koordination.

| 60 Min.  | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|--|--|
| Dienstag | 09:00 Uhr  | 09:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Wirbelsäulengymnastik für Ältere

Kontrollierte Übungen zur Kräftigung der beteiligten Muskulatur und Übungen zur Gleichgewichtsschulung.

| 60 Min.    | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11/12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|--|---|
| Dienstag   | 10:00 Uhr  | 10:00 Uhr   |
| Donnerstag | 10:00 Uhr  | 10:00 Uhr   |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Pilates für Ältere

Training von fließenden und sanften Bewegungen sowie Atemtechniken.

| 60 Min.    | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|--|--|
| Donnerstag | 11:00 Uhr  | 11:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Crosstraining

Ein funktionales und athletisches Ganzkörpertraining, welches konventionelle Übungen an geführten Fitnessgeräten ersetzt.

| 60 Min. | 1. Trimester (9 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|---------|---|--|
| Montag  | 18:00 Uhr   | 18:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Cardiotraining

Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems und Anregung des Stoffwechsels an. Eine Kombination aus Ergometer- und Zirkeltraining.

| 90 Min.    | 1. Trimester (9/10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11/12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|--|---|
| Montag     | 19:00 Uhr  | 19:00 Uhr   |
| Donnerstag | 17:00 Uhr  | 17:00 Uhr   |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Tabata/Intervalltraining

Hochintensiven Intervalltrainings. Kurze aufeinanderfolgende Belastungen und Pausen wechseln sich ab.

| 60 Min.    | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|--|--|
| Donnerstag | 18:00 Uhr  | 18:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

## Core Training

Stabilisierung durch Balanceübungen und Muskelschlingentraining.

| 60 Min.    | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|--|--|
| Donnerstag | 19:00 Uhr  | 19:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Tai Chi

Fließende und gelenkschonende Bewegungsformen.

| 60 Min.  | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|--|--|
| Dienstag | 17:30 Uhr  | 17:30 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Qi Gong

Atem-, Bewegungs- und Entspannungsübungen.

| 60 Min.  | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11/12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|--|---|
| Dienstag | 16:00 Uhr<br>Einsteiger                            | 16:00 Uhr<br>Einsteiger                               |
| Mittwoch | 15:30 Uhr  | 15:30 Uhr   |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Feldenkrais

Körperorientierte Bewegungen.

| 60 Min.    | 1. Trimester (9 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (9 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|------------|---|---|
| Donnerstag | 20:00 Uhr   | 20:00 Uhr   |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Hatha Yoga

Förderung des Gleichgewichts, der Beweglichkeit und Kraft.

| 90 Min.    | 1. Trimester (9/10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (10/11 Einheiten)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Montag     | 17:30 Uhr  | 17:30 Uhr   |
| Dienstag   | 10:00 Uhr<br>Einsteiger                              | 10:00 Uhr<br>Einsteiger                               |
| Donnerstag | 18:30 Uhr<br>Einsteiger                              | 18:30 Uhr<br>Einsteiger                               |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Faszien meets Pilates

Hier treffen die Prinzipien des Faszientrainings auf die Prinzipien von Pilates.

| 60 Min. | 1. Trimester (9 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|---------|---|--|
| Montag  | 17:00 Uhr   | 17:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Pilates

Training des Körpergefühls sowie der Haltung und Atmung.

| 60 Min.    | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11/12 Einheiten)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Dienstag   | 09:00 Uhr<br>Fortgeschritten                       | 09:00 Uhr<br>Fortgeschritten                          |
| Mittwoch   | 17:00, 18:00 Uhr<br>Einsteiger, Fortgeschritten    | 17:00, 18:00 Uhr<br>Einsteiger, Fortgeschritten       |
| Donnerstag | 09:00 Uhr<br>Fortgeschritten                       | 09:00 Uhr<br>Fortgeschritten                          |
| Freitag    | 19:00 Uhr<br>Einsteiger                            | 19:00 Uhr<br>Einsteiger                               |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

# Schwangerschaftsgymnastik

Neues Angebot!

| 60 Min.  | 1. Trimester (10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (12 Einheiten)<br>08.04. - 05.07.2024 |
|----------|--|--|
| Dienstag | 17:00 Uhr  | 17:00 Uhr  |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

**Du möchtest zusätzlich gerne ins Fitnessstudio?  
Wir haben für jeden die passende Umgebung!**



Seite 44



Seite 47

# Rückenfitness für eine gesunde Haltung

Vorbeugung von Haltungsschäden und Verspannungen.

| 60 Min.    | 1. Trimester (9/10 Einheiten)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (11/12 Einheiten)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Montag     | 18:00 Uhr  | 18:00 Uhr   |
| Mittwoch   | 19:00 Uhr  | 19:00 Uhr   |
| Donnerstag | 19:00, 20:00 Uhr                                     | 19:00, 20:00 Uhr                                      |
| Freitag    | 09:00, 10:00 Uhr                                     | 09:00, 10:00 Uhr                                      |

➔ Kursangebot. Konditionen auf Seite 30.

**GRILL RESTAURANT**  
**KALIMERA**  
*Griechische Spezialitäten*



**Öffnungszeiten:**  
 Mo - Fr 12:00 - 15:00 und 17:00 - 22:00 Uhr  
 Sa 16:00 - 22:00 Uhr  
 So Ruhetag

**Anfahrt / Kontakt:**  
 Aprather Weg 48  
 42113 Wuppertal  
 auf der Tennisanlage des SV Bayer Wuppertal e.V.

**WIR LIEFERN AUCH!**  
**TEL. 0202 29556237**

# Aqua Training

nur für Mitglieder

Unser Schwimmbecken im Breitensportzentrum verfügt über eine Soleelektrolysetechnologie und ermöglicht dir ein angenehmes Wassergefühl in ca. 29 Grad warmem Wasser. Du kannst wählen zwischen Aqua-Fitness-Angeboten mit verschiedenen Belastungsstufen und speziell auf Ältere abgestimmte Kurse. Außerdem bieten wir dir zusätzlich gesundheitsorientierte Aqua-Fitness-Kurse mit den Schwerpunkten Knie und Rücken an, die sich speziell der Vermeidung und Linderung von Knie- bzw. Rückenbeschwerden widmen.



**Ansprechpartnerin**

**Monika Kleineick**

**Telefon:** 0202 7492 100

monika.kleineick@sv-bayer.de

# Aqua Fitness

Beanspruchungsstufe 3 = intensiv

Es erwartet dich ein Rundumprogramm, mit dem du dein Herz-Kreislauf-System verbessern und vielfältige Muskelgruppen kräftigen kannst.

| <b>45 Min.</b> | <b>1. Trimester (9 / 10 Termine)</b><br>08.01. - 15.03.2024 | <b>2. Trimester (10 / 11 Termine)</b><br>08.04. - 28.06.2024 |
|----------------|---|--|
| Montag         | 18:15, 19:45 Uhr  | 18:15, 19:45 Uhr   |
| Dienstag       | 17:30, 18:15, 19:00 Uhr                                     | 17:30, 18:15, 19:00 Uhr                                      |
| Donnerstag     | 17:30, 18:15 Uhr  | 17:30, 18:15 Uhr   |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

# Aqua Fitness

Beanspruchungsstufe 4 = sehr intensiv

| 45 Min.    | 1. Trimester (9 / 10 Termine)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (10 / 11 Termine)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Montag     | 19:00, 20:30 Uhr                                     | 19:00, 20:30 Uhr                                      |
| Dienstag   | 19:45 Uhr  | 19:45 Uhr   |
| Donnerstag | 19:45, 20:30 Uhr                                     | 19:45, 20:30 Uhr                                      |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

## Aqua Fitness Schwerpunkt Rücken

Wohltuende, stabilisierende und kräftigende Übungen für den Rücken helfen Rückenbeschwerden vorzubeugen.

| 45 Min.    | 1. Trimester (9 / 10 Termine)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (10 / 11 Termine)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Donnerstag | 19:00 Uhr  | 19:00 Uhr   |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

## Aqua Fitness Schwerpunkt Knie

| 45 Min. | 1. Trimester (9 / 10 Termine)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (10 / 11 Termine)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|---------|--|---|
| Montag  | 16:45, 17:30 Uhr                                     | 16:45, 17:30 Uhr                                      |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

## Aqua Fitness für Ältere

| 45 Min.    | 1. Trimester (9 / 10 Termine)<br>08.01. - 15.03.2024 | 2. Trimester (10 / 11 Termine)<br>08.04. - 28.06.2024 |
|------------|--|---|
| Mittwoch   | 10:00, 10:45 Uhr                                     | 10:00, 10:45 Uhr                                      |
| Donnerstag | 09:15, 11:30, 16:45 Uhr                              | 09:15, 11:30, 16:45 Uhr                               |
| Freitag    | 10:45, 11:30 Uhr                                     | 10:45, 11:30 Uhr                                      |

➔ Jede Einheit umfasst 45 Minuten. Kursbeitrag: 5€ pro Einheit.

## Rehabilitationssport

Allgemeine Informationen

Der Fachbereich Rehabilitation des SV Bayer Wuppertal bietet Mitgliedern und Nicht-Mitgliedern die Möglichkeit, vom Arzt verordneten Rehabilitationssport durchzuführen. Es gibt verschiedene indikationsspezifische und bei den Kostenträgern zertifizierte Angebote. Diese beinhalten sowohl orthopädische Erkrankungen als auch internistische Krankheitsbilder wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Lungenerkrankungen oder Diabetes mellitus.

Der Rehabilitationssport findet als Gruppentraining statt, das von qualifizierten Übungsleitenden durchgeführt wird. Ziel ist es, die Lebensqualität der Teilnehmenden zu erhöhen und zu einem eigenständigen, langfristigen Sporttreiben zu motivieren.

Die Kosten für die Teilnahme am Rehabilitationssport werden von den gesetzlichen Krankenkassen im Bereich der Mindestanforderungen komplett getragen. Für zusätzliche Leistungen entstehen Kosten in Höhe des Fachbereichsbeitrages für Rehabilitationssportangebote.



Fachbereichsleitung

**Claudia Schweder**

**Telefon:** 0202 7492 240  
reha@sv-bayer.de



Ansprechpartnerin

**Maja Engler**

**Telefon:** 0202 7492 241  
reha@sv-bayer.de

Kursabsagen

Bitte ausschließlich unter  
**Telefon:** 0202 7492 245

Eine Teilnahme an allen Angeboten ist **nur nach vorheriger Beratung durch unser Rehasport-Team möglich**. Bitte vereinbare immer telefonisch oder per Mail einen Termin mit uns.

## Unsere Angebote

### Sport bei orthopädischen Erkrankungen

Das Angebot richtet sich an Teilnehmende mit orthopädischen Erkrankungen des Bewegungsapparates. Inhalte sind Mobilisation und Förderung der Beweglichkeit, Kräftigung, Koordinations- und Entspannungstraining. Das Ziel ist es, die vorhandene Funktionsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern.

### Sport bei Herzerkrankungen

Teilnehmende mit Herz-Kreislaufkrankungen erhalten unter Anleitung einer Herzsport-Übungsleitung und unter ärztlicher Betreuung ein gezieltes körperliches Aufbautraining, das die allgemeine Leistungsfähigkeit verbessert und das Wohlbefinden steigert. Die Herzsportgruppen orientieren sich an den vom verschreibenden Arzt angegebenen Belastungswerten.

### Ergometertraining im Herzsport

Dieses Angebot für Mitglieder des Fachbereichs Rehabilitationssport bietet ein individuell optimal angepasstes Training auf dem Ergometer.

### Sport bei Lungenerkrankungen

Durch körperliches Training wird die Leistungsfähigkeit verbessert, die Atemhilfsmuskulatur gestärkt und die Ausdauer gesteigert. Zusätzlich werden verschiedene Atemtechniken und Entspannungsübungen erlernt.

### Sport bei Diabetes

Der Schwerpunkt dieses Angebotes ist die Förderung der Beweglichkeit, Verbesserung der körperlichen und psychischen Belastbarkeit und Schutz vor Folgeerkrankungen. Ziel ist es, einen ausgeglichenen Blutzuckerspiegel und mehr Sicherheit im Umgang mit der Krankheit zu bekommen.

### AquaRehaFit

Dieses Angebot für Mitglieder des Fachbereichs Rehabilitationssport ist ein gelenkschonendes Gesundheitsprogramm, das durch fließende Bewegungen Gelenke mobilisiert und das Herz-Kreislauf-System anregt.

## Wichtig!

Eine Teilnahme an allen Angeboten ist **nur nach vorheriger Beratung durch unser Rehasport-Team möglich**. Bitte vereinbare immer telefonisch oder per Mail einen Termin mit uns.



Die Fitness-Abteilung ist in der Wuppertaler Vereinslandschaft einmalig. Sie bietet durch 81 Stunden Öffnungszeit und mit rund 40 Kursangeboten pro Woche die Möglichkeit, zeitlich nahezu ungebunden zu trainieren. Durch unsere Partnerstudios bieten wir den Mitgliedern sogar die Möglichkeit bundesweit "fit unterwegs" zu sein. Jeder hat im Fitness-AKTIV die Chance, sein individuelles Gesundheitsziel zu verwirklichen. Rund um unser eingespieltes Team läuft ein vielseitiger, gesundheitlich ausgerichteter Trainingsbetrieb in angenehmer Atmosphäre ab, der keine Wünsche offen lässt! Dabei kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

## Das Team:

Unter der Leitung von zwei Diplomsporthlehrern und Sporttherapeuten kümmern sich weitere Diplomsporthlehrerinnen, Physiotherapeutinnen, Gymnastiklehrerinnen, Sportlehrerinnen, Instructorinnen und Servicekräfte um das Wohl unserer Mitglieder. Bei uns steht immer ein\*e Trainer\*in zur Beratung und Hilfe bereit! Vereinbart jetzt euer Probetraining bei uns!



**Jörg Poennighaus**



**Celina Huuk**



**Ralf Hartmann**

**Telefon:** 0202 7492 222 (Rezeption)  
0202 7492 224 (Büro)

**Mail:** [aktiv@sv-bayer.de](mailto:aktiv@sv-bayer.de)  
**Internet:** [www.sv-bayer.de/fitaktiv](http://www.sv-bayer.de/fitaktiv)

## Die Ausstattung

- Das **Fitness-AKTIV** ist mit modernen und effektiven Trainingsgeräten ausgestattet. Die **komplette Rückenstraße** von Dr. Wolff und Trainingsgeräte der Marktführer Gym 80, Life Fitness, Precor und Woodway stehen für beste Qualität.
- Mit dem **"Slackline-"** oder **"Sling-Training"** setzt das **Fitness-AKTIV** ganz bewusst auch auf innovative Trainingsmethoden.
- Beim Herz-Kreislauftraining sorgen Polar-Herzfrequenzmesser für optimale Überwachung und effektive Dosierung der Trainingsintensität. Auch die Rudergeräte und Spinningräder sind pulsüberwacht.
- In unserem exklusiven, verspiegelten Kursraum, im Schwimmbaden und in Halle 1 des Breitensportzentrums findet unser Kursprogramm statt.
- Für Entspannung sorgen **Sauna und Dampfbad**.
- Vibrationstraining kann an verschiedenen Geräten zum Ausgleich von Dysbalancen und zur Stärkung der Muskulatur sowie Körperstabilität durchgeführt werden. Für dieses Angebot fällt eine Zusatzgebühr an.
- Wer sich verwöhnen lassen möchte, kann bei uns auf dem **BrainLight** Massagesessel mit allen Sinnen relaxen.

## Der Eingangsscheck

Bevor man bei uns **AKTIV** werden kann, wird ein obligatorischer Eingangsscheck durchgeführt. Wir nehmen uns dafür rund 1,5 - 2,0 Stunden Zeit!

Im Mittelpunkt des Checks steht die Körperzusammensetzungsanalyse mit der Inbody-Waage. Zusätzlich testen wir die Muskelfunktion, die Beweglichkeit sowie das Herz-Kreislaufsystem. Mittels der Testergebnisse und in Abstimmung **deiner** Wünsche wird für dich ein individuell optimierter Trainingsplan erstellt.

# Jetzt kann's losgehen!

## Öffnungszeiten:

|                              |                   |
|------------------------------|-------------------|
| Montag, Mittwoch und Freitag | 09:00 - 22:00 Uhr |
| Dienstag und Donnerstag      | 08:00 - 22:00 Uhr |
| Samstag und Sonntag          | 10:00 - 19:00 Uhr |

## Preise Fitness AKTIV

|               |           |     |
|---------------|-----------|-----|
| Probetraining | kostenlos | 0 € |
|---------------|-----------|-----|

|            |          |      |
|------------|----------|------|
| Startpaket | einmalig | 30 € |
|------------|----------|------|

|                   |         |      |
|-------------------|---------|------|
| Abteilungsbeitrag | monatl. | 37 € |
|-------------------|---------|------|

|   |         |      |
|---|---------|------|
| Abteilungsbeitrag ermäßigt<br><small>Partner, Schüler, Studenten etc.</small> | monatl. | 33 € |
|---|---------|------|

zzgl.

|                     |        |      |
|---------------------|--------|------|
| Hauptvereinsbeitrag | halbj. | 55 € |
|---------------------|--------|------|

|                              |        |      |
|------------------------------|--------|------|
| Hauptvereinsbeitrag ermäßigt | halbj. | 42 € |
|------------------------------|--------|------|

## Kündigung:

Jeweils bis 6 Wochen vor Quartalsende

## Leistungen:

Bis auf den „brainLight-Massagesessel“ und das Vibrationstraining sind alle aufgeführten Leistungen im Abteilungsbeitrag enthalten!

## Kurse:

Alle Kurse findet ihr aktuell gehalten auf unserer Homepage ([www.sv-bayer.de/fitaktiv](http://www.sv-bayer.de/fitaktiv)) oder ihr informiert euch direkt bei uns im Studio. Wir freuen uns auf dich!

## Weiterhin im Programm:

Unsere **Online Kurse AKTIV-LIVE.**

Über das Videoportal "Zoom" einfach live in unsere Online-Kurse schalten und Zuhause mitmachen. Genauere Informationen auf:

[www.sv-bayer.de/online-kurse-aktiv-live/](http://www.sv-bayer.de/online-kurse-aktiv-live/)



Die **Fitnessfabrik** ist - wie der Name schon sagt - eine ehemalige Fabrikhalle, die zu einem Fitnessstudio umgebaut wurde, welches optisch herausragt. Der Charme, den diese Location versprüht, wird durch die sportlichen Inhalte in seinem Charakter unterstrichen. Hier wird „gearbeitet“ und „geschwitzt“!

Workout-Kurse wie Functional movements, **Calisthenics**, Crosstraining und **TRX** sind nur einige Inhalte, die sportlich herausfordern - mit denen man allerdings auch Erfolge erzielt. Erfolge erzielt man auch über das gesundheitsorientierte Training unter fachlicher Anleitung an den klassischen Gym80-Kraftgeräten oder **Plate-Loaded-Geräten** von Scotfit. Im **Functional-Bereich** bieten wir Trainingsmöglichkeiten an einem Schlitten, Rig `n Rag, Airbike & Co. Wer mit Spaß trainieren möchte, ist hier vollkommen richtig!

Für den Spaßfaktor nach dem Training sorgen Darts, Tischkicker, Billard, **ValoClimb** (Boulderwand) und Playstations im Nachbarraum zum Nulltarif! Vereinbart einfach ein Probetraining - schickt eine Mail mit eurem Wunschtermin an die [fitnessfabrik@sv-bayer.de](mailto:fitnessfabrik@sv-bayer.de)

Die Fitnessfabrik ist ein Angebot für Mitglieder und Nicht-Mitglieder!

## Preise Fitnessfabrik für Mitglieder

Preise für Nicht-Mitglieder auf Anfrage

|               |           |     |
|---------------|-----------|-----|
| Probetraining | kostenlos | 0 € |
|---------------|-----------|-----|

|            |          |      |
|------------|----------|------|
| Startpaket | einmalig | 30 € |
|------------|----------|------|

|                   |         |      |
|-------------------|---------|------|
| Abteilungsbeitrag | monatl. | 25 € |
|-------------------|---------|------|

|   |         |      |
|---|---------|------|
| Abteilungsbeitrag ermäßigt<br><small>Partner, Schüler, Studenten etc.</small> | monatl. | 20 € |
|---|---------|------|

zzgl.

|                     |        |      |
|---------------------|--------|------|
| Hauptvereinsbeitrag | halbj. | 55 € |
|---------------------|--------|------|

|                              |        |      |
|------------------------------|--------|------|
| Hauptvereinsbeitrag ermäßigt | halbj. | 42 € |
|------------------------------|--------|------|

# FITNESSFABRIK



Jona Glück

Rebekka Bisten

Sandy Prüfer

Patrick Bielecki

**Telefon:** 0202 7492 270 (Rezeption)  
0202 7492 271 (Büro)

**Mail:** [fitnessfabrik@sv-bayer.de](mailto:fitnessfabrik@sv-bayer.de)  
**Internet:** [www.sv-bayer.de/fitnessfabrik](http://www.sv-bayer.de/fitnessfabrik)



# KURSE



**Funktionelles Training**

➔ **Mo, 18:30 - 19:30 Uhr**

**Calisthenics**

➔ **Mi, 19:00 - 20:00 Uhr**

**Crosstraining**

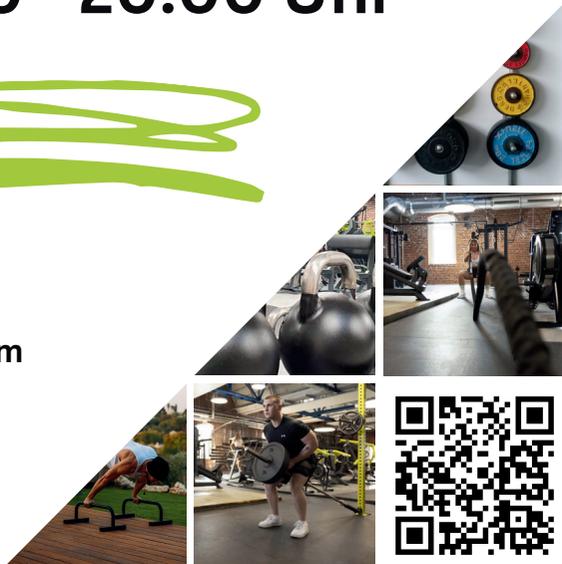
➔ **Do, 19:00 - 20:00 Uhr**



Wir sind Mitglied im



URBAN SPORTS CLUB



## SV Bayer Dance Company



**Ballett**



**Kindertanz**

Die SV Bayer Dance Company steht für Dynamik, Ausdrucksstärke, Vielseitigkeit und Eleganz. Mit den tänzerischen und gymnastischen Angeboten aus den Bereichen Sportgymnastik, Jazz Modern Contemporary, Ballett und Hip Hop stehen vielfältige Kurse für unterschiedliche Altersgruppen zur Auswahl. Im Vordergrund aller tänzerischen und gymnastischen Angebote steht der Spaß an der Bewegung zur Musik. Darüber hinaus werden Techniken vermittelt, Koordination- und Rhythmus geschult sowie abwechslungsreiche Choreografien erarbeitet. Die Kindertanzkurse bieten für die Jüngsten die Möglichkeit erste tänzerische Erfahrungen zu sammeln und spielerisch den Umgang mit dem eigenen Körper zur Musik zu erlernen. Die SV Bayer Dance Company bietet für jede Altersgruppe und für jeden Leistungsstand das passende Angebot.



**Sportgymnastik**



**Jazz Modern  
Contemporary**

**Hip Hop**



**Ansprechpartnerin**

**Nia Kuhn**

Koordinatorin

[dance.company@sv-bayer.de](mailto:dance.company@sv-bayer.de)

# Kindertanz



Der Kindertanz stellt eine Art tänzerische Früherziehung von Kindern im Alter zwischen 3 und 6 Jahren dar. Durch verschiedene Bewegungsformen lernen die Kinder spielerisch den Umgang mit dem eigenen Körper.

Der Kindertanz schließt an die natürliche Bewegungs- und Spielfreude der Kinder an und unterstützt die Entfaltung der kindlichen Vorstellungskraft. Durch Tanz-, Rhythmus- und Improvisationsspiele werden vielfältige Bewegungsmöglichkeiten entdeckt, die nach und nach tänzerische Formen annehmen. Dabei wird das musikalische Gehör geschult und Körpergefühl, Gleichgewicht und Koordination gefördert. Spielerisch werden die Kinder an alle tänzerischen Grundelemente herangeführt um sich im weiteren Verlauf für eine Tanzsparte entscheiden zu können.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag         | Freitag                    | Samstag |
|--------|----------|----------|--------------------|----------------------------|---------|
| -      | -        | -        | 16 - 17 Uhr<br>ZBG | 15 - 16 Uhr<br>Sportfabrik | -       |



# Sportgymnastik

In der Sportgymnastik trainieren die Gymnastinnen die beiden Disziplinen Gymnastik und Tanz. Der gymnastische Teil zeichnet sich durch eine Übung mit einem Handgerät, wie dem Ball, dem Band, Keulen, Reifen oder Seil aus und verlangt von den Gymnastinnen viel Körperbeherrschung, Beweglichkeit und Dynamik. In der Gymnastikübung werden sowohl spezifische Gerätetechniken gezeigt, als auch optisch wirksame Showeffekte. Neben der gymnastischen Übung wird ein Tanz einstudiert. Beide Disziplinen müssen auf Wettkämpfen absolviert werden. Um möglichst viele Punkte zu sammeln, ist hierbei insbesondere Koordination & Rhythmus gefragt.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag                | Freitag | Samstag |
|--------|----------|----------|---------------------------|---------|---------|
| -      | -        | -        | 16 - 18 Uhr<br>Bayerhalle | -       | -       |

## Ballett



Im Kinderballett werden die Grundlagen der klassischen Tanztechnik an der Stange und in der Mitte erlernt. Dazu gehören Elemente wie die Grundpositionen der Füße, Armführung oder Sprünge. Körperhaltung und Koordinationsfähigkeit werden gefördert, die Muskulatur wird gestärkt. Anhand altersgerechter Choreografien und Improvisationsübungen entwickeln die Kinder tänzerischen Ausdruck, Rhythmusgefühl und Musikalität.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag        | Freitag | Samstag |
|--------|----------|----------|-------------------|---------|---------|
| -      | -        | -        | 16 - 17:30<br>ZBG | -       | -       |



## Jazz Modern Contemporary



Jazz Modern Contemporary beschreibt die Kombination aus Jazz-Elementen, Modern Dance, Akrobatik und Kunst. Jazz bildet die Grundlage für Showtanz und lebt von Synchronität und aufwendigen Kostümen. Modern Dance ist ein zeitgenössischer Bühnentanz mit typischen Elementen aus dem Ballett, die besonders ausdrucksstark dargestellt werden. Akrobatische Elemente wie **Jazz Modern** Hebungen und Sprünge werden hier ebenfalls eingesetzt. Durch die **Contemporary** Kombination der verschiedenen Stile ergeben sich vielfältige tänzerische Möglichkeiten.

Ab 6 Jahren können die Grundlagen des Jazz Modern Contemporary Tanzes erlernt werden. Hierbei steht das Erlernen verschiedener Tanzschritte sowie abwechslungsreicher Choreografien im Vordergrund. Für Tänzerinnen mit Tanzerfahrung gibt es Wettkampfgruppen, die regelmäßig ihr Können auf Wettkämpfen unter Beweis stellen.

| Montag                       | Dienstag | Mittwoch                     | Donnerstag | Freitag                                     | Samstag |
|------------------------------|----------|------------------------------|------------|---|---------|
| 17 - 19 Uhr<br>Especialmente | -        | 18 - 20 Uhr<br>Especialmente | -          | 16 - 17 Uhr<br>Sportfabrik - 6 bis 10 Jahre | -       |
| -                            | -        | 17 - 18:30<br>Escalate       | -          | 17 - 18 Uhr<br>Sportfabrik - 6 bis 10 Jahre | -       |
| -                            | -        | -                            | -          | 18 - 19:30<br>Sportfabrik - ab 10 Jahre     | -       |

## Hip Hop



Die Unlimited Dance Company ist mit ihren HipHop Angeboten ein fester Bestandteil des Vereins und bildet einen der Hauptbereiche der SV Bayer Dance Company. Im Fokus steht der Spaß am Hip Hop und Streetdance. Das Angebot reicht von abwechslungsreichen Choreografien bis hin zu professionellem Coaching.

| Montag | Dienstag | Mittwoch                            | Donnerstag | Freitag            | Samstag |
|--------|----------|-------------------------------------|------------|--------------------|---------|
| -      | -        | 15:30 - 16:30<br>ZBG - ab 7 Jahren  | -          | 17 - 18 Uhr<br>ZBG | -       |
| -      | -        | 16 - 17 Uhr<br>ZBG - ab 7 Jahren    | -          | -                  | -       |
| -      | -        | 16:30 - 17:30<br>ZBG - ab 10 Jahren | -          | -                  | -       |
| -      | -        | 17:30 - 18:30<br>ZBG - ab 12 Jahren | -          | -                  | -       |
| -      | -        | 18:30 - 19:30<br>ZBG - ab 16 Jahren | -          | -                  | -       |

Zudem bieten wir Turniertraining an. Bei Interesse, meldet euch gerne bei Inga.



**Ansprechpartnerin**

**Inga Lürsen**

Tel.: 0174 3776604

info@unlimited-dance-company.com

# BASEBALL

Es ist schon ein Phänomen! Die Regeln beim Baseball und Softball sind kompliziert, den Ball sieht man kaum - aber trotzdem boomen die Sportarten wie verrückt! Diesen faszinierenden Sport kannst du ganz in deiner Nähe ausprobieren. Das Training findet im Sommer auf unserer Baseballanlage an der Oberbergische Straße sowie im Winter in verschiedenen Hallen in Wuppertal statt. Weitere Informationen rund um die SV Bayer Stingrays findest du im Internet unter [www.wuppertalstingrays.de](http://www.wuppertalstingrays.de).



@wuppertalstingrays



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



## Ansprechpartner

**Olaf Ortmann**

Abteilungsleitung

[vorstand@wuppertalstingrays.de](mailto:vorstand@wuppertalstingrays.de)

## Unsere Teams

Saison 2023/2024

Herren

U20.1

U18.1

U16.1

U16.2

U14.1

U14.2

U12.1

2003 und älter

2005 / 2004

2006 / 2007

2008 / 2009

2010 / 2011

2012 / 2013

Kreisliga

Kreisliga

Kreisliga

Kreisliga

Trainingsbetrieb

Kreisliga

Trainingsbetrieb

Trainingsbetrieb



### Ansprechpartner

**Mehul Malhotra**

Koordinator

[basketball@sv-bayer.de](mailto:basketball@sv-bayer.de)

0202 7492 115



@svbayerbasketball



### Und sonst so?

Sichtungstrainings

Feriencamps

Ausflüge

uvm.

# FUSSBALL

Die Fußballabteilung bietet für Mädchen und Jungen ab 5 Jahren ganzjährigen Trainings- und Spielbetrieb an. Wer Lust hat, Fußball zu spielen und dazu noch ein wenig Talent mitbringt, ist beim **SV Bayer Wuppertal** genau richtig. Die Teams spielen bis zur U13 in den regionalen Kreisklassen und starten ab dann in überregionalen Leistungsklassen.

Die **Nachwuchsförderung** wird in der Abteilung großgeschrieben. Unsere Trainer\*Innen sind lizenziert und bieten bis zu dreimal wöchentliches Training an. Für Torhüter\*Innen gibt es neben dem Mannschaftstraining die Möglichkeit, individuell zu trainieren. Anfragen für Probetrainings und alle weiteren Fragen rund um die Abteilung sind per Mail an [fussball@sv-bayer.de](mailto:fussball@sv-bayer.de) zu stellen.



## Ansprechpartner

**Felix Schimpf**  
Geschäftsführer  
[fussball@sv-bayer.de](mailto:fussball@sv-bayer.de)

# GEWICHTHEBEN

Die stärkste Abteilung des SV Bayer Wuppertal trainiert im Gewichtheberraum in der Sportfabrik. Unsere "Oldies" schaffen regelmäßig den Sprung zu Deutschen und Internationalen Meisterschaften und kehren nie ohne Edelmetall zurück. Doch auch im Nachwuchs gibt es starke Auftritte. Ein Duo schaffte zuletzt den Sprung zu den Deutschen Meisterschaften. Ein Reinschnuppern ins Training lohnt sich also sowohl für junge und ältere Einsteiger als auch für ehemalige Köhner.

| Montag                     | Dienstag | Mittwoch                   | Donnerstag | Freitag                    | Samstag |
|----------------------------|----------|----------------------------|------------|----------------------------|---------|
| 18 - 20 Uhr<br>Sportfabrik | -        | 18 - 20 Uhr<br>Sportfabrik | -          | 18 - 20 Uhr<br>Sportfabrik | -       |



## Ansprechpartner

**Fritz Boschen**  
Abteilungsleiter  
fritz.boschen@gmx.de

# JUDO

Judo ist beim SV Bayer eine der ältesten und früh etablierten Sportarten. Im Wettkampf geht es darum, den Gegner mit verschiedenen Techniken zunächst auf den Boden und dann zur Aufgabe zu zwingen. Judo ist dabei nicht nur ein Sport, sondern stärkt auch die Persönlichkeit. Sowohl Klein als auch Groß sind herzlich willkommen! Wer Fragen zu konkreten Trainingszeiten hat, kann sich gerne an uns oder die Geschäftsstelle wenden, oder einfach zu einer Probestunde vorbei kommen. Als Kleidung für die Probestunde reicht ein T-Shirt und eine lange Hose - Sportschuhe sind nicht notwendig.

| Montag                            | Dienstag                           | Mittwoch | Donnerstag | Freitag                         | Samstag |
|-----------------------------------|------------------------------------|----------|------------|---------------------------------|---------|
| 19 - 21 Uhr<br>ZBG - Jugend & Erw | 17 - 18:30<br>ZBG - Vorschüler     | -        | -          | 17 - 18:30<br>ZBG - Vorschüler  | -       |
| -                                 | 18:30 - 19:30<br>ZBG - Grunschüler | -        | -          | 18:30 - 20<br>ZBG - Schüler     | -       |
| -                                 | -                                  | -        | -          | 20 - 22 Uhr<br>ZBG - Erwachsene | -       |



## Ansprechpartner

**Mohamed Charrak**  
Abteilungsleitung  
charrakm@googlemail.com

## HALLENFUSSBALL

Unsere Hallenfußballgruppen sind eine besonders große und traditionsreiche Abteilung im Rahmen unserer ausgleichssportlichen Aktivitäten. Im Laufe der Jahre entwickelte sich aus den Anfangs reinen "Freizeitkickern" mehrere Teams, die in zwei Gruppen sehr eifrig und engagiert zu Werke gehen. Es wird immer samstags eine Meisterschaftsrunde austragen. Parallel dazu wird ebenfalls eine Pokalrunde organisiert. Gespielt wird in Mannschaften von fünf Feldspielern und einem Torwart.

### Ansprechpartner

**Thilo Popp**  
Organisator  
thilo-popp@web.de

## LUFTSPORT

Neben dem beschaulichen Eifelstädtchen Dahlem liegt auf einem Hochplateau die „Dahlemer Binz“. Auf diesem Sportflugplatz hat die Luftsportabteilung des SV Bayer ihr Zuhause und bildet Piloten im Segelflug und Motorsegelflug aus. Die LSG bietet die Möglichkeit, den Segelflug als Leistungssport und als Breitensport zu betreiben. Ihr könnt so die Faszination der Eifel aus der Luft erleben. Wenn du Interesse hast, das Segelfliegen kennenzulernen, oder auch die Eifel aus der Luft erkunden möchtest, dann rufe uns an, oder komme in der Flugsaison einfach vorbei. Unsere Luftsportabteilung heißt dich willkommen und nimmt zwischen April und Oktober auch Passagiere mit. Mit einer optionalen Schnuppermitgliedschaft kannst du auch an einem Fliegerlager oder am Wochenende wie ein Segelflugschüler zu normalen Mitgliedsbedingungen mitfliegen.

### Ansprechpartner

**Herrmann Rose**  
Abteilungsleitung  
abteilungsleiter@sonnenflieger.eu

# SPORTSCHIESSEN

Wusstest du, dass mehr als 1,6 Millionen Sportschützen organisiert sind? Die Nachfrage ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen und ungebremst. Irgendetwas muss dran sein an dieser Sportart. Nun, das Sportschießen verlangt seinen Aktiven ein Höchstmaß an Konzentration, Disziplin und mentaler Ausdauer ab. Genau so macht es aber auch einen riesen Spaß. Wenn du es einmal ausprobieren möchtest, kannst du gerne einen Termin abstimmen und unter fachlicher Anleitung unterschiedliche Disziplinen ausprobieren.

Der Schießstand liegt neben der Tennisanlage am Aprather Weg. Unsere Mitglieder betreiben Breiten- wie Spitzensport in vielfältigen Disziplinen. Neben vielen Landesmeistern haben wir auch einige deutsche Meister in unseren Reihen, sowohl männlich wie weiblich. Neben dem eigentlichen Sport kommt selbstverständlich auch die Geselligkeit nicht zu kurz. So lädt die schön gelegene und gerade renovierte Anlage zu gemütlichen Grillabenden mit Schießsportfreunden ein.



Interessenten melden sich bitte unter Angabe von Name, Wohnort, Alter, Telefonnummer und Angabe zur WBK unter folgender Mailadresse.

## Ansprechpartner

**Uwe Völker**

Abteilungsleitung

sportschuetzensvbayer@t-online.de

# TAEKWONDO

TaeKwonDo ist eine koreanische Sportart, deren Verteidigungs- und Angriffstechniken bei uns erlernt werden. Der SV Bayer schreibt den Breitensportaspekt groß und bietet somit die breite Palette dieser Sportart an. Im Formenbereich besteht eine große Kinder- und Jugendgruppe, die sich erfolgreich auf Turnieren präsentiert. Auch die Wettkämpfer besuchen vereinzelt Turniere.

| Montag | Dienstag   | Mittwoch  | Donnerstag   | Freitag  | Samstag |
|--------|--|---|--|--|---------|
| -      | 16 - 17 Uhr<br>BSZ - 6 bis 8 Jahre<br>Einsteiger       | 17 - 18:30<br>BSZ - Leistungstraining<br>Kinder ab 6. Kup | 17 - 18 Uhr<br>BSZ - Formen Kinder ab<br>8. bis 6. Kup | 16 - 17 Uhr<br>BSZ - 6 bis 8 Jahre<br>Einsteiger       | -       |
| -      | 17 - 18 Uhr<br>BSZ - 7 bis 9 Jahre<br>Fortgeschrittene | 18:30 - 20<br>BSZ - Leistungstraining<br>Jugend ab 6. Kup | 18 - 19 Uhr<br>BSZ - Formen Schüler ab<br>6. Kup       | 17 - 18 Uhr<br>BSZ - 7 bis 9 Jahre<br>Fortgeschrittene | -       |
| -      | 18 - 19:30<br>BSZ - 10 bis 14 Jahre<br>Jugend          | -   | 19 - 20 Uhr<br>BSZ - Formen Jugend<br>5. bis 1. Kup    | 18 - 19:30<br>BSZ - 10 bis 14 Jahre<br>Jugend          | -       |
| -      | 19:30 - 21<br>BSZ - Erwachsene                         | -   | -  | 19:30 - 21<br>BSZ - Erwachsene                         | -       |
| -      | 19:30 - 21<br>BSZ - DAN Vorbereitung                   | -   | -  | 19:30 - 21<br>BSZ - Formen<br>Leistungstraining        | -       |
| -      | -  | -   | -  | 19:30 - 21<br>BSZ - DAN Vorbereitung                   | -       |



## Ansprechpartner

**Thomas Lettner**  
Abteilungsleitung  
thomas.lettner@web.de  
0179 9112899

# SPORTTAUCHEN

Erlebe die Schwerelosigkeit und das Schweben in der dreidimensionalen Welt. Tauche mit uns in die pure Faszination unter Wasser ein. Lerne unsere heimischen Seen kennen oder die Farbenpracht und die Vielfalt an Fischen in einem Korallenriff oder die Highlights von versunkenen Schiffen und Wracks.

Neugierig? - Die TG Bayer bringt dich dort hin! Was brauchst du? - Einen Tauchschein. Dann rufe uns an! Oder hast du das Bestreben auf nationalen Wettkämpfen für Flossenschwimmen auf langen Distanzen teilzunehmen? - Auch dann bist du hier goldrichtig.

Interessenten können gerne mehrmals kostenlos und unverbindlich an unserem Training im Schwimmsportleistungszentrum (SSLZ) (Küllenhahner Str. 130, 42349 Wuppertal) teilnehmen.

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag  | Samstag |
|--------|----------|----------|------------|--|---------|
| -      | -        | -        | -          | 19 - 21 Uhr<br>Schwimmsportleistungs-<br>zentrum | -       |

Gegenseitige Unterstützung und ein hohes Maß an partnerschaftlichem Verhalten sind wesentliche Grundsätze der Tauchsportgemeinschaft. Für Menschen von 8 bis 88 Jahren und darüber hinaus bietet das Sporttauchen ein breites Spektrum an sportlichen Zielen und traumhaften Erlebnissen. Seit mehr als 50 Jahren vermitteln wir die Vielfalt der Sportart in allen Ausbildungsstufen, vom Grundschein bis zum 3 Sterne-Taucher, einschließlich aller Spezialkurse. Als Mitglied im Verband Deutscher Sporttaucher (VDST) erfolgt die Ausbildung nach den internationalen Richtlinien der CMAS. Wir legen sehr viel Wert darauf, dass unsere Taucher auch mit sportlich anspruchsvollen Situationen gut zurechtkommen.

## Ansprechpartner

**Oliver Jung**  
Abteilungsleitung  
kontakt@tgbayer.de  
0163 3468163

## Ansprechpartnerin

**Annedore Goldacker**  
stellv. Abteilungsleitung  
0152 53107151

# TENNIS

Unsere Tennisanlage ist eine der größten und modernsten Clubanlagen im Bergischen Land, mit **zehn Freiplätzen**, drei Hallenplätzen, einem Fitnessraum sowie einem gemütlichen Clubhaus. Die zehn Freiplätze sind terrassenförmig angelegt und umsäumt von herrlichen Grünanlagen. Ein besonderes Schmuckstück ist die **Drei-Feld-Tennishalle** mit ihrem sehr gelenkschonenden Granulatboden und der optimalen Beleuchtung. Sowohl im Winter als auch in der Sommersaison können Sportvereinsmitglieder Hallenstunden anmieten. Wünschst du Trainingseinheiten oder Informationen zum Training, so wende dich bitte an die ansässige Tennisschule **H&P Tennis**.

Während der Freiluftsaison von Mai bis Oktober bieten wir zu günstigen Konditionen für interessierte Kids ein Bambini und **Schnuppertennis** an. Nähere Infos hierzu und weitere Möglichkeiten für Groß und Klein, bei uns Tennis zu spielen, erteilt unser Abteilungsbüro.

Gerne laden wir dich ein, bei uns vorbeizukommen und dir unsere **wunderschöne Anlage** zu zeigen. Weitere Infos rund um den Tennissport beim SV Bayer Wuppertal findest du unter: [www.sv-bayer.de/tennis](http://www.sv-bayer.de/tennis)



## Ansprechpartner

**Jan Kochems**  
Geschäftsführung  
[tennis@sv-bayer.de](mailto:tennis@sv-bayer.de)  
0202 723866



@tennisvbayerwuppertal



## Tennisschule H&P Tennis

**Markus Hoppe**  
0176 70930755  
**Nicolas Plath**  
0172 2183888  
[info@hp-tennis.de](mailto:info@hp-tennis.de)  
[www.hp-tennis.de](http://www.hp-tennis.de)

# TISCHTENNIS

Unsere Tischtennisabteilung erfreut sich, insbesondere im Jugendbereich, einer ständig wachsenden Beliebtheit. Wir starten in der Schülerklasse und in der Juniorenkategorie mit männlichen Mannschaften. Auch Schülerinnen und Mädchen sind jederzeit willkommen. Auf der ständigen Suche nach schlagkräftigem und auch geselligem Zuwachs sind unsere Herrenmannschaften, die von der Kreisliga A bis hin zu verschiedenen Kreisklassen aktiv sind.

## Trainingszeiten

| Montag | Dienstag | Mittwoch                        | Donnerstag | Freitag                         | Samstag |
|--------|----------|---------------------------------|------------|---------------------------------|---------|
| -      | -        | 17 - 18:30<br>ZBG - Schüler     | -          | 17 - 18:30<br>ZBG - Schüler     | -       |
| -      | -        | 18:30 - 20<br>ZBG - Jugend      | -          | 18:30 - 20<br>ZBG - Jugend      | -       |
| -      | -        | 20 - 22 Uhr<br>ZBG - Erwachsene | -          | 20 - 22 Uhr<br>ZBG - Erwachsene | -       |



### Ansprechpartner

**Winfried Eierhoff**  
Abteilungsleitung  
w.eierhoff@web.de  
0160 5010145

# VOLLEYBALL

Wer diese Faszination einmal erleben und sich selbst der Herausforderung dieser technisch und taktisch anspruchsvollen Sportart stellen möchte, ist ganz herzlich eingeladen, bei einem unserer zahlreichen Teams zum Probetraining vorbeizukommen (bitte vorher bei unten stehendem Kontakt melden). Wir bieten Teams in vielen Altersklassen und Leistungsniveaus. Im Jugendbereich haben wir derzeit mehrere Teams, von der U14, alle Jahrgänge bis hin zur weiblichen und männlichen U20. Die ersten Teams eines Jahrgangs nehmen am Spielbetrieb des Westdeutschen Volleyball Verbandes teil, bei den zweiten Mannschaften eines Jahrgangs ist dies nicht immer der Fall. Hier ist dann in erster Linie die Trainingsarbeit und Heranführung an den Volleyball-Spielbetrieb vorgesehen.

Im Herrenbereich (Oberliga, Landesliga und Bezirksliga) starten drei Mannschaften, bei den Damen (Verbandsliga, Bezirksliga und Bezirksklasse) sind es ebenfalls drei Teams.

Alle Mannschaften freuen sich immer über neue, ehrgeizige und talentierte Spieler und Spielerinnen und bei Heimspielen in der Bayerhalle natürlich auch über viele Zuschauer.



**Ansprechpartnerin**

**Julia Reiske**  
Koordinatorin  
volleyball@sv-bayer.de



@svbayervolleyball  
@svbayervb\_jugend



**Ansprechpartner**

**Frank Schraner**  
Abteilungsleiter  
volleyball@online.de

**Probetraining!**  
[fitnessfabrik@sv-bayer.de](mailto:fitnessfabrik@sv-bayer.de)



### ÖFFNUNGSZEITEN

Mo, Di, Do, Fr: 13:00 - 22:00 Uhr  
Mi: 10:00 - 22:00 Uhr  
Sa & So: 10:00 - 19:00 Uhr

## Das Wichtigste auf einen Blick!

Die Mitglieder des Vereins haben kalenderjährig folgende **Beiträge** zu zahlen:

### **Aktive Mitglieder**

55,- € halbjährlich\*\*\*, entspricht **9,17,-€ /Monat**  
plus 20,- € einmalige Aufnahmegebühr

### **Aktive Mitglieder mit Beitragsermäßigung\***

42,- € halbjährlich\*\*\*, entspricht **7,-€ /Monat**  
plus 10,- € einmalige Aufnahmegebühr

### **Familienbeitrag\*\***

96,-€ halbjährlich\*\*\*, entspricht **16,-€ /Monat**  
plus max. 30,- € einmalige Aufnahmegebühr

### **Passive Mitglieder**

26,-€ halbjährlich\*\*\*, entspricht **4,34,-€/Monat**

Gemäß der Satzung des SV Bayer Wuppertal e.V., können Zusatzbeiträge durch die Abteilungen und Fachbereiche erhoben werden (s. Seite 67).

\* Beitragsermäßigung für Personen die jünger als 18 sind, mit Nachweis für Schüler und Studenten jünger als 27 Jahre sowie auf Antrag (Härtefallregelung).

\*\* Max. zwei in einem Haushalt lebende Erwachsene mit denjenigen minderjährigen Kindern, für die mind. einer der Erwachsenen das gemeinsame Sorgerecht hat. Antrag auf Familienbeitrag muss mit Nachweisen gestellt werden.

\*\*\* Bankeinzug jeweils am ersten Bankarbeitstag im März und September eines Jahres.

## Geschäftsstelle - Mitgliederverwaltung

**Sabine Lehmann & Andrea Hahne**

**Telefon:** 0202 7492 102 **Fax:** 0202 7492 109  
geschaeftsstelle@sv-bayer.de

## Zentrale Information

**Monika Kleineick**

**Telefon:** 0202 7492 100 **Fax:** 0202 7492 249  
info@sv-bayer.de

# ZUSATZBEITRÄGE

| Abteilung/Fachbereich                         | Monatsbeitrag | Zahlungsweise         | Beitragsgruppe     |
|---|---------------|-----------------------|--------------------|
| Baseball/Softball                             | 6,67,-€       | 40,-€ halbjährlich    | alle               |
| Basketball                                    | 10,-€         | 60,-€ halbjährlich    | alle               |
| Erwachsenensport                              | 9,-€          | 27,-€ vierteljährlich | alle               |
| Fitness AKTIV                                 | 37,-€         | monatlich             | Erwachsene         |
|   | 33,-€         | monatlich             | ermäßigt           |
| <b>Aufnahmegebühr einmalig 30,-€</b>          |               |                       |                    |
| Fitnessfabrik                                 | 25,-€         | monatlich             | Erwachsene         |
|   | 22,-€         | monatlich             | ermäßigt           |
| <b>Aufnahmegebühr einmalig 30,-€</b>          |               |                       |                    |
| Fußball                                       | 10,-€         | 60,-€ halbjährlich    | alle               |
| Gewichtheben                                  | 2,-€          | 24,-€ jährlich        | alle               |
| Judo  | 4,75,-€       | 57,-€ jährlich        | Erwachsene         |
|   | 3,50,-€       | 42,-€ jährlich        | ermäßigt           |
| <b>Aufnahmegebühr einmalig 35,-€</b>          |               |                       |                    |
| Kinder- und Jugendsport                       | 7,-€          | 21,-€ vierteljährlich | alle               |
| Luftsport                                     | 13,50,-€      | 162,-€ jährlich       | Erwachsene         |
|   | 6,-€          | 72,-€ jährlich        | ermäßigt           |
| Rehasport                                     | 9,-€          | 27,-€ vierteljährlich | Rehasport-Angebote |
|   | 18,-€         | 54,-€ vierteljährlich | Selbstzahlergebühr |
| Schwimmen                                     | 10,-€         | 60,-€ halbjährlich    | alle               |
| Sportschießen                                 | 10,-€         | 120,-€ jährlich       | Erwachsene         |
|   | 6,-€          | 72,-€ jährlich        | ermäßigt           |
| <b>Aufnahmegebühr einmalig 100,-€ / 50,-€</b> |               |                       |                    |

# ZUSATZBEITRÄGE

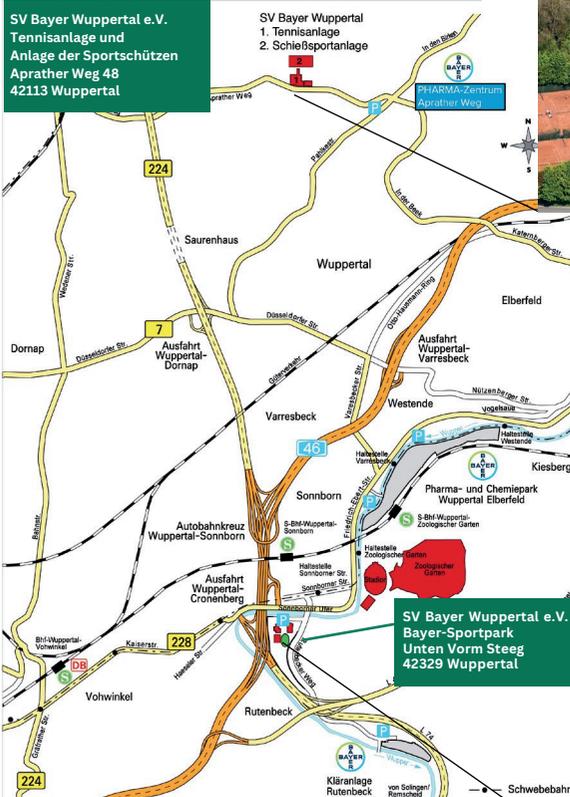
| Abteilung/Fachbereich   | Monatsbeitrag | Zahlungsweise         | Beitragsgruppe                              |
|---|---------------|-----------------------|---|
| Sporttauchen  | 4,50,-€       | 54,-€ jährlich        | Erwachsene                                  |
|   | 1,67,-€       | 20,-€ jährlich        | Passive                                     |
|   | 1,67,-€       | 20,-€ jährlich        | bis 13 Jahre                                |
|   | 2,59,-€       | 31,-€ jährlich        | 14 bis 17 Jahre                             |
|   | 2,38,-€       | 34,-€ jährlich        | ermäßigt                                    |
|   | 9,92,-€       | 119,-€ jährlich       | Familien                                    |
| <b>Aufnahmegebühr einmalig 100,-€ / 30,-€</b>                           |               |                       |   |
| SV Bayer<br>Dance Company   | 15,-€         | 45,-€ vierteljährlich | alle  |
| UDC HipHop  | 18,-€         | monatlich             | bis 8 Jahre                                 |
|   | 24,-€         | monatlich             | ab 9 Jahre                                  |
|   | 30,-€         | monatlich             | inkl. Turniertanz                           |
| Taekwondo   | 5,-€          | 60,-€ jährlich        | Erwachsene                                  |
|   | 3,75,-€       | 45,-€ jährlich        | ermäßigt                                    |
| <b>Passgebühr (wenn benötigt) je 22€</b>                                |               |                       |   |
| Tennis  | 16,67,-€      | 200,-€ jährlich       | Erwachsene                                  |
|   | 12,50,-€      | 150,-€ jährlich       | Partnerarif                                 |
|   | 32,50,-€      | 390,-€ jährlich       | Familien                                    |
|   | 8,33,-€       | 100,-€ jährlich       | Nachwuchs<br><small>(18 - 26 Jahre)</small> |
|   | 6,67,-€       | 80,-€ jährlich        | Jugend<br><small>(8 - 17 Jahre)</small>     |
|   | 2,92,-€       | 35,-€ jährlich        | Passive                                     |
| Pflichtverzehr<br><small>(einzulösen vom 01.09. bis zum 01.05.)</small> | 8,33,-€       | 100,-€ jährlich       | Erwachsene                                  |
|   | 4,17,-€       | 50,-€ jährlich        | ermäßigt                                    |
| Volleyball  | 4,17,-€       | 25,-€ halbjährlich    | alle  |

Weitere Informationen rund um die  
Mitgliedschaft unter [www.sv-bayer.de](http://www.sv-bayer.de)

gültig ab 01.01.2024

## So finden Sie uns

Der Bayer-Sportpark in der Rutenbeck und die Sportanlagen auf Aprath



### Tennisanlage und Anlage der Sportschützen

#### Mit dem PKW:

Von der A46 Abfahrt Sonnborn auf A535 Richtung Essen, Ausfahrt Wuppertal-Dornap, rechts abbiegen, dann links in Pahlkestraße abbiegen, bis zum Ende fahren und dann links in den Aprather Weg

#### Mit dem öffentlichen Personennahverkehr Busverbindungen:

Linie 613 Haltestelle Aprather Weg

### Bayer-Sportpark

#### Mit dem PKW:

Im Bayer-Sportpark sind ausreichend Parkgelegenheiten vorhanden.

#### Mit dem öffentlichen Personennahverkehr

**Schwebebahn:** Haltestelle Sonnborner Straße  
**Busverbindungen:** Linien 600, 629, 639, NE 1 Haltestelle Sonnborner Ufer / Sonnbornerstraße

Den Anreisehinweis zu unserer Luftsportanlage in der Eifel finden Sie im Internet unter [www.sv-bayer.de/anfahrt](http://www.sv-bayer.de/anfahrt)





# Wir sind hier.

## Verlässlich für die Zukunft. Seit 200 Jahren.

Bewegung, Leben, Umwelt: Wir setzen uns aktiv für den Zusammenhalt, die Gemeinschaft und die Entwicklung von Wuppertal ein – zu unserem Jubiläum sind wir uns dieser Verantwortung besonders bewusst.

**Weil's um mehr als Geld geht.**



[sparkasse-wuppertal.de/200-jahre](https://sparkasse-wuppertal.de/200-jahre)



# Teamgeist

*Sport, Spiel und Bewegung sind ein bedeutender Grundpfeiler in der Persönlichkeitsentwicklung junger Menschen. Bayer fördert den Nachwuchssport aus Überzeugung und möchte junge Menschen anregen, lebenslang Sport zu treiben.*

Science for a **better life**