

Pressemitteilung/-einladung

17.01.2019

Sport nach Lust und Laune

Vereine und StadtSportVerband laden am 17. Februar zum Frauensporttag ein

Von A wie Aroha bis Z wie Zumba: Der Marler Frauensporttag geht am Sonntag, 17. Februar 2019, über die Bühne. Ganz zwanglos können verschiedene Sportarten ausprobiert werden. Eine Mitgliedschaft in einem Sportverein ist nicht notwendig. Interessierte können sich ab sofort anmelden.

Die Marler Vereine und der StadtSportVerband (SSV) Marl laden zum beliebten Frauensporttag ein, traditionell ist die Rundsporthalle an der Hagenstraße der Austragungsort. Die Vorbereitungen für die 18. Auflage laufen bereits auf Hochtouren. „Im letzten Jahr gab es eine super Beteiligung und wir hoffen, dass auch in diesem Jahr wieder viele Mädchen und Frauen mitmachen“, sagt Ulrike Oenning, Frauenreferentin im SSV Marl.

Mehr als 100 Teilnehmerinnen können beim Frauensporttag gemeinsam Sport treiben. Zum Angebot gehört neben Aroha, Fitness und Zumba auch Bodystyling. „Beim Bodystyling stehen die Aspekte aerobe Ausdauer, Fettverbrennung und Muskelaufbau im Mittelpunkt“, so Ulrike Oenning. Bodystyling ist ein Ganzkörpertraining zum Aufbau und zur Straffung der Muskulatur. Oenning: „Zur Unterstützung und Variation des Trainings arbeiten wir mit kleinen Expander-Bändern, sogenannten Tubes“.

Der Frauensporttag findet in der Zeit von 12 bis 17 Uhr statt. In den Showteilen zeigen das Trampolinteam vom VfL Hüls, die Cheerleader der DJK Lenkerbeck, das Showdanceteam „P2“ und die Tanzformation „DancELICIOUS“ des TSC Schwarz-Silber ihr sportliches Können. Zuschauer sind herzlich willkommen. Die Sportlerinnen und Gäste können sich im Bistro für kleines Geld mit Kaffee, Kuchen und kalten Getränken stärken und wieder Energie tanken. Der Erlös des Marler Frauensporttages geht an den Kinderschutzbund Marl. Neben bequemer Sportbekleidung sollten – falls vorhanden –

Handtücher und Sportmatte mitgebracht werden. Karten gibt es für 6 Euro im Vorverkauf beim städtischen Sportamt (Tel. 99-2854), bei den Übungsleiterinnen der Vereine oder für 8 Euro an der Tageskasse. Zuschauer sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei.

Das Programm am Sonntag, 17. Februar:

18. Marler Frauensporttag

StadtSport  **Verband Marl e. V.**

und der Marler Sportvereine

So, 17.02.2019 - 12-17 Uhr

Rundsporthalle Hagenstraße Marl

Attraktive Sportangebote zum Mitmachen.

Bitte Handtuch und evtl. Sportmatte mitbringen. Günstige Preise im Bistro.

Der Erlös geht an den Kinderschutzbund Marl e.V.

12:00 Uhr Eröffnung durch den Bürgermeister

12:15 Uhr Aroha mit Stick
Showteil Trampolinshow des VFL

13:15 Uhr Fitness mit dem Redondoball
Showteil Cheerleader der DJK

14:15 Uhr Kaffeepause

14:45 Uhr Zumba
Showteil: Showdanceteam P2, DJK

15:45 Uhr Bodystyling mit Tubes
Showteil: DancELICIOUS des TSC

Vorverkaufsstellen:

StadtSportVerband Marl e. V. - Geschäftsstelle: ☎ 0 23 65 / 99 28 54
und bei den Übungsleiterinnen der Vereine

Teilnahmegebühr:

Vorverkauf: 6 € / Tageskasse: 8 € / Zuschauer haben freien Eintritt!!