Sportangebot nach Themen

Hier findet ihr unser Sportangebot nach Themen aufgeteilt

Gerne beraten wir euch auch persönlich in der Geschäftsstelle.

Ballsport

- Ballspiel(Männer)
- Fußballtennis
- Ballsport für Kinder

Basketball



- Basketball

Fitness



- Fitnessgruppen
- Trimmer

Gesundheit



- Rücken Aktiv
- Kra-Fit
- Sturzprophylaxe
- Rückengymnastik
- Rückenschule
- Faszien Training

Gymnastik



- Gymnastik Mädchen
- Gymnastik gem. Gruppe

- Gymnastik Frauen

Handball

Herzlich willkommen bei der Handballabteilung!

Handball hat eine große Tradition in Kettwig. Seit 1922 spielen wir in Kettwig Handball und sind mit derzeit 250 Mitgliedern ein Schwergewicht des Vereins. Glücklichweise spielen auch fast 100 Kinder und Jugendliche aktiv im Handballspielbetrieb mit. Die gute Ausbildung unseres Nachwuchses bildet die Grundlage um auch in den nächsten Jahren weiterhin erfolgreich oben mitspielen zu können.

Alle Informationen zur Handballabteilung findet Ihr hier:

- Handballabteilung

Judo



Ansprechpartner:

- Karsten Labahn

Übungsstunden Schwimmbad Kettwig:

- Freitags 14:00 - 16:00
- Freitags 16:00 - 17:15
- Freitags 17:15 - 19:00

Weitere Informationen

Leichtathletik

Herzlich willkommen bei der Leichtathletikabteilung!

Laufen, Springen, Werfen – das sind die Grunddisziplinen in der Leichtathletik in Kettwig. In den Sommermonaten wird auf dem Kettwiger Sportplatz trainiert, im Winter in der Sporthalle des THG. Kinder und Jugendliche lernen ihre motorischen Fähigkeiten gezielt einzusetzen. Allgemeine Ausdauer, gute Koordination und Kraft bilden dabei die Grundlage. Gezielte Technikschulung fördert die Leistungsfähigkeit in einzelnen Disziplinen. Die Teilnahme an Wettkämpfen ist – besonders für die älteren Kinder - erklärtes Ziel des Trainings. Dennoch steht der Spaß an der Bewegung im Mittelpunkt. Mit der Abnahme des Deutschen Sportabzeichens können nicht nur die Kinder und Jugendlichen, sondern alle Vereinsmitglieder ihre Leistungsfähigkeit unter Beweis stellen.

Alle Informationen zur Leichtathletikabteilung findet ihr hier:

- Leichtathletikabteilung

modern sports



- Aerobic
- Body Burn
- Indoorcycling
- Parkour
- Pilates
- Step-Aerobic
- Zumba©

Tischtennis

Herzlich willkommen bei der Tischtennisabteilung!

Die Tischtennisabteilung eine der größten Abteilungen im Verein. Wir gehen mit 5 Teams in verschiedenen Ligen in Essen auf Punktejagd. Unsere 1. Mannschaft spielt überregional. Diejenigen die sich keinen Ligastress antun wollen, finden in unserer "Hobbytruppe" gleichgesinnte Trainingspartner.

Wir suchen Spieler aller Altersklassen und Spielstärken. Alle weiteren Informationen findet Ihr hier:

- Tischtennisabteilung

Turnen



- Rhönrad
- Trampolin
- Turnen Eltern/Kind
- Turnen Kinder
- Leistungsturnen
- Turnen Vater/Kind
- Turnen Krabbel

Wassergymnastik



- Wassergymnastik