

# Sportabzeichen ablegen

Von April bis Mai kann man sich im Sportpark Süd prüfen lassen

**Mondorf/Rheidt.** Die Trainings- und Abnahmetermine werden im Sportpark Süd (SPS) freitags von 18 bis 19 Uhr angeboten. Diese Termine finden jeweils am zweiten Freitag im Monat statt. die Termine: 13. April, 11. Mai, 8. Juni, 13. Juli, 10. August = Sommerferien, 14. September, 28. September, 12. und 26. Oktober.

Jeder Schritt, jede Bewegung mehr am Tag kann helfen, den Blutzucker zu senken. Im Frühling gibt es immer mehr Gesundheitsaktionen, wie beispielsweise der „Trimm Trab ins Grüne“ des Mondorfer Lauftreffs am 10. April, mit Saison-

eröffnung der Sommerstrecke, die zeigen, wie schnell und einfach sich Bewegung in den Alltag integrieren lässt. Aus diesem Grunde werden der FC Hertha Rheidt und der TuS Mondorf im Sportpark Süd gemeinsam im Niederkasseler Süden das Training, also die Vorbereitungen auf das Deutsche Sportabzeichen (DSA), und die Abnahme des DSA durchführen.

Alle weiteren Infos und Antworten auf Fragen, die mit Organisation, Urkunden und Abzeichen zu tun haben, gibt es bei Mathias Jehmlich, 01577-6660644 oder Helmut Otto, 02208-3354.



*Kugelstoßen ist eine mögliche Disziplin für den Bereich Kraft.*

Foto: TuS