

Sommerferienangebote des Integrativen Treff e.V. 2026

Die Schließzeiten für die Sportstätten sind vom 13.7.26 bis 23.8.26

In dieser Zeit finden keine regulären Kurse statt. Wir starten mit allen Gruppen wieder ab 24.8.26.

Wir haben wieder ein Programm für Euch zusammengestellt.

Ihr könnt an folgenden Angeboten teilnehmen:

Tag	Uhrzeit	Angebot	Treffpunkt	Trainer(in)
Montag, 17.8.26 Mittwoch, 19.8.26 Freitag, 21.8.26	10-11 Uhr	Nordic Walking mit Gymnastik (Stöcker können mitgebracht oder vor Ort kostenfrei ausgeliehen werden)	Haltestelle Zoo bei der Trotzenburg	Kathrin Sadowski
Dienstag, 11.8.26 Donnerstag, 13.8.26 Montag, 17.8.26 Dienstag, 18.8.26	9:30-11 Uhr 10:30-12Uhr 10:00-11:30Uhr 9:30-11:00Uhr	Rhythmische Sportgymnastik (Im Stehen und im Sitzen möglich)	Kuphalstraße Rostocker Freizeitzentrum Sporthalle	Berit Köpsel
Mittwoch, 12.8.26 Mittwoch, 19.8.26	15:30-17 Uhr	Trommelprojekt Gemeinsames Trommeln für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	Kuphalstraße Rostocker Freizeitzentrum Sporthalle	Berit Köpsel
Dienstag, 28.7.26 Donnerstag, 13.8.26 Dienstag, 18.8.26	10-12 Uhr	Rundgang durch den Botanischen Garten mit Führung 2 Euro pro Person	Hamburger Straße Haupteingang	Ruth Strobach
Donnerstag, 30.7.26 Dienstag, 11.8.26 Donnerstag, 20.8.26	14:00-16:00Uhr	Wanderung um den See mit sportlichem Parkour	Heizhaus in der Tychsenstr.22	Ruth Strobach
Montag, 10.8.26 Montag, 17.8.26	16:30-17:30 Uhr	Boccia Rostocker Freizeitzentrum	Kuphalstraße Bushaltestelle vor dem RFZ	Bert Seidel
Freitag, 14.8.26 Freitag, 21.8.26	16-17 Uhr	Lungensport und Gymnastik Schattenplatz im Barnstorfer Wald	15:50 Uhr Hotel Sportforum Haupteingang	Bert Seidel

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Das Team des Integrativen Treff e.V. wünscht Euch einen schönen und erholsamen Sommer.

Kontakt: Integrativer Treff e.V.; Kopernikusstr. 17a; 18057 Rostock

Email: info@it-rostock.de

Telefon: 0381-7998974