

# SPORT- und TRAININGSANGEBOTE 2021/2022

## Bezirk Bludenz

<b>Boccia</b>		
<b>Trainingstag</b>	Montag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 13. September 2021 bis Ende Juni 2022 wöchentlich	
<b>Ort</b>	Bludenz, Turnhalle Caritas	
<b>Treffpunkt</b>	Turnhalle: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	16.15 – 17.30 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Beatrice Amann 0664/4233442	
<b>Anforderungen</b>	keine Anforderungen nötig	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen	
<b>Beschreibung</b>	Beim Boccia geht es darum, seine eigenen Kugeln möglichst nahe an eine kleinere Zielkugel (Pallino) zu platzieren bzw. die gegnerischen Kugeln vom Pallino wegzuschießen. Ein spannendes Spiel für alle Altersgruppen.	

<b>Bogenschießen</b>		
<b>Trainingstag</b>	Mittwoch oder Samstag	
<b>Zeitraum</b>	ganzjährig wöchentlich	
<b>Ort</b>	Mittwoch: Oktober bis Mai: Lorüns, Trainingsgelände Bogenschützenclub Bludenz Samstag: November - April: Bludenz, Turnhalle Caritas	
<b>Treffpunkt</b>	Trainingsgelände Lorüns bzw. Turnhalle: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	Mittwoch Lorüns: 18.15 – 19.15 Uhr Samstag Bludenz: 15:00 – 18:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Manfred Dietrich: 0664/8654330	
<b>Anforderungen</b>	keine Anforderungen nötig	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport	
<b>Beschreibung</b>	Bei dieser Sportart ist gute Konzentrationsfähigkeit, Mut und Selbstbewusstsein gefragt, denn beim Bogenschießen sind die körperlichen Fähigkeiten von entscheidender Bedeutung.	

<b>Bowling</b>		
<b>Trainingstag</b>	Donnerstag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 9. September 2021 bis Mai 2022 14-tägig	
<b>Ort</b>	Bludenz, Fohren Center	
<b>Treffpunkt</b>	Fohren Center: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	18:00 – 19:15 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Angelika Kopfer 0664/9154980	
<b>Anforderungen</b>	keine Anforderungen nötig	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen	
<b>Beschreibung</b>	Ziel beim Bowling ist es, mit möglichst wenigen Würfeln möglichst viele Pins umzuwerfen, wobei jeder gefallene Pin einen Punkt bedeutet. Ein Spiel hat zehn Durchgänge, die "Frames" genannt werden.	

## ***Fitness Bludenz***



<b>Trainingstag</b>	Freitag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: September bis Dezember 2021 / April bis Juli 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bludenz, Caritas Werkstätte
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	16:30 – 18:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Uwe Schaaf 0699/11871138
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport
<b>Beschreibung</b>	Beim Fitness Bludenz geht es ab in die Natur. Intervalltraining und laufen steht auf dem Programm. Ideal für die Vorbereitung für das Ski Alpin Training.

## ***Floorball***



<b>Trainingstag</b>	Montag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 23. August bis Ende Juni 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bludenz, Turnhalle Caritas
<b>Treffpunkt</b>	Turnhalle: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	17:30 – 18:45 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Stefan Rajh 0660/3805194
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Floorball geht es richtig zur Sache. Hier ist Schnelligkeit, geschickte Ballführung und Kondition gefragt, denn Floorball ist ein schnelles und dynamisches Spiel mit viel Spaßfaktor.

**Fußball**  
*(siehe auch unter Bezirk Feldkirch)*



<b>Trainingstag</b>	Samstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: ganzjährig wöchentlich
<b>Ort</b>	November bis März: Bludenz, Turnhalle Caritas April bis August/September bis November: Stadion BW Feldkirch
<b>Treffpunkt</b>	Turnhalle bzw. Stadion: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	10:00 – 13:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Markus Jandl 0664/6255032
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	Keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Das Team besteht aus Jugendlichen und jungen Erwachsenen, welche sich jeden Samstag zum gemeinsamen Fußballspielen treffen. Dabei wird Augenmerk auf die Balltechnik, Ausdauer, Schnelligkeit gelegt. Neben dem Passspiel wird auch der Turnierablauf geübt und simuliert. Das Team spielt bei etlichen Fußballturnieren im In- und Ausland mit.


**Golf**



<b>Trainingstag</b>	Freitag: Mai bis Oktober Mittwoch: November bis März
<b>Zeitraum</b>	Beginn: ganzjährig Wöchentlich
<b>Ort</b>	Freitag: Braz, Golfclub Bludenz-Braz Mittwoch: Bludenz, Turnhalle Caritas
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn Freitag: Braz, Golfclub Bludenz-Braz bzw. Bludenz, Caritas Werkstätte (nach telefonischer Vereinbarung) Mittwoch: Bludenz, Turnhalle Caritas
<b>Uhrzeit</b>	16:30 – 18:30 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Jeffrey Swanson 0680/1230204
<b>Anforderungen</b>	Motorische Fähigkeiten notwendig

<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Ziel des Spiels ist es einen kleinen Ball mit Hilfe verschiedener Schläger mit möglichst wenigen Schlägen vom Abschlag in ein Loch zu bringen. Gespielt wird auf Bahnen mit 9 oder 18 Löchern. Der Golfer absolviert pro Runde 4-6 km Weegstrecke. Beim Golfen sind komplexe Bewegungsabläufe sowie Konzentrationsvermögen und Genauigkeit gefragt. Natürlich ist auf dem Golfplatz eine gewisse Etikette gefragt.

<b>Leichtathletik</b>	
	
<b>Trainingstag</b>	Mittwoch
<b>Zeitraum</b>	Beginn: Mai 2022 bis Juni 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bludenz, Stadion Unterstein bzw. Sportplatz Unterfeld
<b>Treffpunkt</b>	Stadion Unterstein: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	16:30 – 17:30 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Beatrice Amann 0676/884207404
<b>Anforderungen</b>	keine
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Es werden folgende Sportarten ausgeübt: Weitwurf / Softballwurf, Weitsprung und Laufen. Dabei wird eine gewisse Grundkoordination gefördert.

<b>Nordic Walking</b>		
<b>Trainingstag</b>	Dienstag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 7. September 2021 bis Juni 2022 wöchentlich	
<b>Ort</b>	Bludenz Umgebung	
<b>Treffpunkt</b>	Caritas Bludenz: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	16:00 – 18:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Monika Heinzle 0680/3336474	
<b>Anforderungen</b>	keine	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport	
<b>Beschreibung</b>	Beim Nordic Walking wird die Grundaushdauer auf ein gesundes Niveau gebracht und ist für Körper und Geist sehr wertvoll. Nordic Walking definiert sich hier als ein schnelles Gehen, wobei ständig ein Fuß Bodenkontakt hat. Die Arme schwingen gegengleich. Beim Nordic Walking dient die Walking-Technik als Grundlage, jedoch werden die Stöcke aktiv eingesetzt.	

<b>Powerlifting Nenzing</b>		
<b>Trainingstag</b>	Montag, 23.08.2021	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: August bis Ende Juni 2022 wöchentlich	
<b>Ort</b>	Nenzing, Fitnesscenter „Fitpark“	
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	14:00 – 16:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Beatrice Amann 0676/884207404	
<b>Anforderungen</b>	Keine Anforderungen nötig	
<b>Altersbeschränkung</b>	Keine (ab 16 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettbewerben teilzunehmen.	
<b>Beschreibung</b>	Beim „Powerlifting“ baust du deine Muskeln auf. Beim Wettkampf unterscheidet man Kniebeugen, Bankdrücken und Kreuzheben.	



## Schwimmen Bludenz



<b>Trainingstag</b>	Donnerstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 16. September 2021 bis Ende April 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bludenz, Val Blu
<b>Treffpunkt</b>	Eingang / Kasse Val Blu: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	Gruppe 1 (Anfänger): 14:30 – 16:00 Uhr Gruppe 2 (Fortgeschrittene): 16:00 – 17:00 Uhr Gruppe 3 (Könnern): 17:00 – 18:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Sarina Paulitsch 0664/1794146
<b>Anforderungen</b>	keine (selbständiger Kleiderwechsel)
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	In der Schwimmgruppe Bludenz sind auch Schwimmanfänger herzlich willkommen. Bei den Fortgeschrittenen Schwimmern und Könnern wird auf eine solide Grundtechnik geachtet.

## Ski Alpin Arlberg (Stuben)



<b>Trainingstag</b>	Samstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: Dezember bis Ende März 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Stuben am Arlberg
<b>Treffpunkt</b>	Caritas Bludenz: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	08:00 – 12:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Peter Platzer 0676/884202023
<b>Anforderungen</b>	Pflugsteuern
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Ski Alpin Team handelt es sich um gute bis sehr gute Skifahrer, welche auch bei diversen Skirennen mitmachen (ist jedoch kein Muss).

## Ski Nordisch (Langlauf / Schneeschuh)



<b>Trainingstag</b>	Freitag oder Samstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: Dezember bis Ende März 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Trainingsort je nach Witterung
<b>Treffpunkt</b>	Je nach Vereinbarung (15 Minuten vor Trainingsbeginn)
<b>Uhrzeit</b>	08:00 – 12:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Vereinsbüro 0676/884207404
<b>Anforderungen</b>	keine, koordinative Fähigkeit
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Langlauf bzw. Schneeschuhlauf wird die Grundkondition auf ein gesundes Niveau gebracht. Die Koordinativen Fähigkeiten werden speziell beim Langlaufen benötigt, sowie das Gleichgewicht geschult.

## Tennis



<b>Trainingstag</b>	Dienstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 07. September 2021 bis Juli 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bludenz, Tennisclub Bludenz, Turnhalle Caritas (bei Schlechtwetter)
<b>Treffpunkt</b>	Tennisclub bzw. Caritas Halle: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	15:00 – 17:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Petra Burtscher 0664/2787736
<b>Anforderungen</b>	keine
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettbewerben teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Tennis werden die Grundkenntnisse der Schlagtechnik sowie das gemeinsame Spiel gelernt. Schnelligkeit, Beweglichkeit und Kraft stehen neben Spaß am gemeinsamen Spiel im Vordergrund.



<b>Tischtennis</b>		
<b>Trainingstag</b>	Montag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 13. September 2021 bis Ende Juni 2022 wöchentlich	
<b>Ort</b>	Bludenz, Turnhalle Caritas (bei Schlechtwetter)	
<b>Treffpunkt</b>	Turnhalle: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	16:15 – 18:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Roberto Segantin 0664/2826672	
<b>Anforderungen</b>	keine (auch für Rollstuhlfahrer möglich)	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettbewerben teilzunehmen	
<b>Beschreibung</b>	Beim Tischtennis wird vorerst die Grundtechnik erlernt, wobei die koordinativen Fähigkeiten, Reaktionsschnelligkeit und Genauigkeit im Vordergrund stehen.	

## Bezirk Feldkirch

<b>Fußball</b> <i>(siehe auch unter Bezirk Bludenz)</i>		
<b>Trainingstag</b>	Samstag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: ganzjährig wöchentlich	
<b>Ort</b>	November bis März: Bludenz, Turnhalle Caritas April bis August/September bis November: Stadion BW Feldkirch	
<b>Treffpunkt</b>	Turnhalle bzw. Stadion: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	10:00 – 13:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Markus Jandl 0664/6255032	
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig	

<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Das Team besteht aus Jugendlichen und jungen Erwachsenen, welche sich jeden Samstag zum gemeinsamen Fußballspielen treffen. Dabei wird Augenmerk auf die Balltechnik, Ausdauer, Schnelligkeit gelegt. Neben dem Passspiel wird auch der Turnierablauf geübt und simuliert. Das Team spielt bei etlichen Fußballturnieren im In- und Ausland mit.


<b>Fußball „Special Needs Team“*</b>	
	
<b>Trainingstag</b>	Donnerstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: ganzjährig wöchentlich
<b>Ort</b>	SCR Altach, Stadion Schnabelholz
<b>Treffpunkt</b>	Stadion Altach: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	16:00 – 18:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Slobodan Priselac: 0699/10737282
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	Jugendliche ab 12 Jahren
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Das „Special Needs Team“ von SCR Altach ist ein Team aus Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die Lust auf Mehr haben; d.h. es gibt neben dem allgemeinen Fußballtraining die Möglichkeit, an diversen nationalen und internationalen Fußballturnieren teilzunehmen. Dadurch ist auch eine gewisse Selbständigkeit und Lust an der Teilnahme solcher Veranstaltungen nötig.

## Bezirk Dornbirn

<b>Schwimmen Dornbirn</b>		
<b>Trainingstag</b>	Mittwoch	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 15. September 2021 bis Juni wöchentlich	
<b>Ort</b>	Dornbirn, Hallenbad	
<b>Treffpunkt</b>	Eingang Hallenbad: 15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	Gruppe 1: 16:00 – 17:00 Uhr Gruppe 2: 17:00 – 18:00 Uhr Gruppe 3: 18:00 – 19:00 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Helmut Fessler 0699/10939839	
<b>Anforderungen</b>	gute Schwimmausdauer	
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)	
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen	
<b>Beschreibung</b>	In der Schwimmgruppe Dornbirn ist eine gute Schwimmausdauer erforderlich, da die Grundtechnik ausgebaut wird.	

<b>Tanzsport</b>		
<b>Trainingstag</b>	Donnerstag	
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 21. Oktober bis Juni 2022 wöchentlich	
<b>Ort</b>	Tanzschule Hieble, Schwefel 91A, 6850 Dornbirn	
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn	
<b>Uhrzeit</b>	15:30 – 17:30 Uhr	
<b>Ansprechperson</b>	Juanita Hieble-Tomio Beatrice Amann 0676/884207404	
<b>Anforderungen</b>	Koordinative Fähigkeit, Freude am Tanz	

<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Tanzsport werden verschiedenste Choreografien geübt. Der Spaß und das gemeinsame Tanzen stehen im Vordergrund. Auch der Paartanz kann geübt werden.

<p><b><i>Kindertraining VS Hohenems Schwefel</i></b>  <b><i>Inklusives Trainingsangebot **</i></b></p> 	
<b>Trainingstag</b>	Mittwoch
<b>Zeitraum</b>	Beginn: September 2021 bis Ende Juni 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Hohenems, VS Hohenems Schwefel
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	15:00 – 16:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Sarina Paulitsch 0664/1794146
<b>Anforderungen</b>	keine
<b>Altersbeschränkung</b>	7 - 11 Jahre
<b>Sportausübung</b>	Breitensport
<b>Beschreibung</b>	In diesem Training werden unterschiedlichste Sportarten und Spiele angeboten. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung, Spaß am gemeinsamen Tun, die Förderung koordinativer Fähigkeiten sowie das Wecken und Entdecken von Interessen und Begabungen.

## Bezirk Bregenz

<b><i>Fitness Bregenzerwald</i></b> 	
<b>Trainingstag</b>	Donnerstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: September bis Juli 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bezau, Wirtschaftsschule
<b>Treffpunkt</b>	Wirtschaftsschule: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	16:30 – 18:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Gerhard und Carina Natter 0664/5587565
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport
<b>Beschreibung</b>	Beim Fitness Bregenzerwald geht es in den Sommermonaten ab in die Natur. Wir toben uns im Waldparcour aus. Ideal für die Vorbereitung für das Ski Alpin Training. Ab Herbst wechseln wir in die Turnhalle der Wirtschaftsschule Bezau.

<b><i>Fußball SV typico Lochau</i></b> <b><i>Inklusives Sportangebot***</i></b> 	
<b>Trainingstag</b>	nach Rücksprache, laufend
<b>Zeitraum</b>	Beginn: ganzjährig 14-tägig
<b>Ort</b>	Lochau, Stadion typico Lochau
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	nach Rücksprache
<b>Ansprechperson</b>	Ralf Renoth, Tel: 0676/3744280 Heidi Rauch, Tel: 0664/5455900
<b>Anforderungen</b>	Grundkondition und motorische Fähigkeiten notwendig
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 4 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen

<b>Beschreibung</b>	Der SV typico Lochau bietet inklusiven Fußball an; d.h. beeinträchtigte Kinder und Jugendliche spielen mit nicht beeinträchtigten Kinder und Jugendliche Fußball in allen Altersgruppen.
---------------------	--

<b>Segeln</b>	
	
<b>Trainingstag</b>	Samstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: Mai bis Ende September wöchentlich
<b>Ort</b>	Bregenz, Yachtclub
<b>Treffpunkt</b>	Yachtclub: 15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	Samstag Nachmittag nach Absprache
<b>Ansprechperson</b>	Heinz Rhomberg 0664/73957307
<b>Anforderungen</b>	Körperliche Fitness, Interesse am „Segel-Alphabet“, Schwimmen
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Segeln ist nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch Interesse am „Segel-Alphabet“ gefragt. Aus Sicherheitsgründen sollte man gut schwimmen können.

<b>Ski Alpin Bregenzerwald</b>	
	
<b>Trainingstag</b>	Samstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: Dezember bis Ende März 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Schwarzenberg, Haldenlift
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	09:00 – 13:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Bernarda Haag 0664/42295598
<b>Anforderungen</b>	Pflugsteuern
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 12 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport mit der Möglichkeit an Wettkämpfen teilzunehmen
<b>Beschreibung</b>	Beim Ski Alpin Team handelt es sich um gute bis sehr gute Skifahrer, welche auch bei diversen Skirennen mitmachen (ist jedoch kein Muss).



## Tanz und Bewegung



<b>Trainingstag</b>	Dienstag
<b>Zeitraum</b>	Beginn: 14. September 2021 bis Ende Mai 2022 wöchentlich
<b>Ort</b>	Bregenz, Turnsaal Kolpinghaus
<b>Treffpunkt</b>	15 Minuten vor Trainingsbeginn
<b>Uhrzeit</b>	15:00 – 17:00 Uhr
<b>Ansprechperson</b>	Esther Kamp-Häusle 0650/8828509
<b>Anforderungen</b>	keine (auch für Rollstuhlfahrer möglich)
<b>Altersbeschränkung</b>	keine (ab 8 Jahren)
<b>Sportausübung</b>	Breitensport
<b>Beschreibung</b>	Bei Tanz und Bewegung geht es um das Spüren des eigenen Körpers. Es werden Bewegungen im Rhythmus zur Musik gemacht und nicht auf eine spezielle Choreographie geachtet.

## Allgemeine Infos

Die unterschiedlichsten Sportangebote werden im Rahmen von Special Olympics Österreich – Fachverband Vorarlberg (SOÖ-SFV) angeboten, bei denen eine Sportlerlizenz (Arztbestätigung) beantragt werden muss und ein Mitgliedsbeitrag in Höhe von Euro 125,--/Jahr eingehoben wird. Es gibt die Möglichkeit auch mehrere Sportarten nebeneinander zu besuchen.

Bei den Sportarten mit einem \*(Sternchen) gelten folgende Hinweise:

- \* Special Needs Team: Sportlerlizenz notwendig. Jahresbeitrag Euro 65,--/AthletIn (wenn die/der AthletIn Vollmitglied bei SOÖ-SFV ist, wird dieser Beitrag nicht fällig).
- \*\*VS Hohenems Schwefel: Inklusives Sportangebot für Kinder während der Schulzeit. Keine Sportlerlizenz notwendig. Jahresbeitrag Euro 25,--/Kind. Keine Vollmitgliedschaft notwendig.
- \*\*\*SV typico Lochau: Sportlerpass bei SV typico Lochau notwendig.