

So erreichen Sie uns:

Stadt Arnsberg

Engagementförderung | Bürgerzentren
Clemens-August-Straße 118
59821 Arnsberg

Nicole Fuller

☎ 02932 201-2281

✉ n.fuller@arnsberg.de



seniorTrainerin

Erfahrungswissen für Initiativen

Dies ist ein Projekt unserer ehrenamtlichen
seniorTrainerinnen **Sybillie Niehoff**.

Stadt Arnsberg

Engagementförderung | Bürgerzentren
Clemens-August-Straße 118
59821 Arnsberg

Isabel Bommernann

☎ 02932 201-1402

✉ efa@arnsberg.de



SOMMER-RADELN FÜR FRAUEN AB 50

Freude an der Bewegung,
der Natur und Gemeinschaft



Sommer Radeln für Frauen ab 50



seniorTrainerin Sybille Niehoff lädt alle interessierten Frauen ab 50 ab 02. Juni 2025 jeweils am 1. Montag im Monat bis Oktober zu einer Radtour ein.

In lockerer Atmosphäre wollen wir uns einmal im Monat für ca. 1 – 1,5 Std. zum Fahrradfahren treffen.

Im Vordergrund sollen Freude an der Bewegung, der Natur und Gemeinschaft stehen.

Egal ob mit Fahrrad oder Pedelec, fahren wir leichte bis mittelschwere Radtouren in Neheim's Umgebung.

Unterwegs soll es gesellig und entspannt zugehen, sodass ein Stopp oder Ausklang an einer Eisdielen- oder Biergarten möglich ist.



Treffpunkt ist auf dem Neheimer Markt vor der Domtreppe ab 16:45 Uhr. Abfahrt 17:00 Uhr. Die Teilnahme erfolgt eigenverantwortlich, kostenlos und ohne Anmeldung.

Termine



Wann: von Juni bis Oktober
jeden 1. Montag im Monat
ab 16:45 ca. 1 – 1,5 Std.

Wo: Neheimer Markt
vor der Domtreppe

Wer: Frauen ab 50

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.