

## Inhaltsverzeichnis

<b>Sportangebote</b>	<b>2</b>
<b>Sport und Vereine</b>	<b>3</b>
<b>Wassersport und Vereine</b>	<b>4</b>

## Sportangebote

Spaß an Bewegung ist das eine. Aber Sport bietet Ihnen noch eine weitere Chance: Durch Sport ist es einfacher, sich in einem neuen Umfeld einzuleben und Kontakte zu knüpfen. Die Regeln des Sports kennen keine Kultur- und Ländergrenzen. Menschen verstehen sich meist auch ohne gemeinsame Sprache. Sport bietet über persönliche Kontakte eine gute und ungezwungene Kontaktaufnahme zu Einheimischen.

Was hat Remscheid zu bieten?

### Kräwi – Wasserspaß für alle

Die Freizeitanlage Kräwi an der Wupper-Talsperre lädt zum Schwimmen, Bootfahren, Angeln, Tauchen und Picknicken ein. Sie ist auch ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren. Der Eintritt ist frei, Parkplätze, Toiletten und ein Kiosk sind gegen Gebühr verfügbar.

### Nordic-Walking-Park

Remscheid bietet abwechslungsreiche Strecken für Lauf- und Nordic-Walking-Fans. Es gibt Routen von 3 bis 22 km, geführte Kurse und Karten für individuelle Touren. Streckentafeln finden Sie an mehreren Hotels.

### Beleuchtete Bachtalrunde

Die 2,8 km lange Jogging- und Walkingstrecke im Lenneper Bachtal ist von Oktober bis März täglich von 16 bis 21 Uhr beleuchtet. Perfekt für Training in der dunklen Jahreszeit!

### **Mehrgenerationen-Fitnesspark 50+**

Neben dem Sportbad im Stadtpark bietet ein Parcours mit 9 Geräten Sportmöglichkeiten für alle Altersgruppen. Der Park ist ganzjährig kostenlos geöffnet. Tafeln erklären die Übungen. [Hier finden Sie die Wegbeschreibung.](#)

## **Im Allee-Center in Remscheid gibt es die Sportbund-Ecke.**

Sie helfen Ihnen bei allen Fragen rund um Sport, Bewegung und Gesundheit.

Das bieten sie an:

Sport-Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.  
Informationen über Reha-Sport und Vorbeugung.  
Hilfe bei inklusiven und integrativen Angeboten.  
Sportabzeichen.  
Beratungen für Sport-Vereine.  
Informationen über Kurse für Trainerinnen und Trainer.  
Die Sportbund-Ecke ist in der Mitte der Stadt.  
Sie ist barrierefrei – auch mit Rollstuhl gut erreichbar.

Geöffnet jeden 1. Samstag im Monat:  
von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

## Sport und Vereine

In Remscheid gibt es viele Sportvereine.  
Dort kann man Fußball, Schwimmen, Tanzen, Turnen und vieles mehr machen.  
Ein Verein ist ein guter Ort, um fit zu bleiben und neue Leute kennenzulernen.  
Besonders für neue Zugewanderte ist das gut für die Integration.  
Viele Vereine bieten günstige Beiträge oder besondere Angebote an.

## Sportbund Remscheid e.V.

Der Sportbund Remscheid ist der Zusammenschluss vieler Sportvereine in Remscheid.  
Er unterstützt **72 Vereine** mit über **23.000 Mitgliedern**.

Der Sportbund hilft den Vereinen bei Fragen und Problemen  
und arbeitet mit der Stadt, Schulen und Kitas zusammen.  
Auch die Remscheider Sportjugend gehört dazu und kümmert sich um Kinder und Jugendliche.

Der Sportbund bietet Schulungen für Trainer und Ehrenamtliche an  
und ist Ansprechpartner für alle, die Sport machen möchten.

Auf der Internetseite des Sportbundes finden Sie eine Liste mit allen Vereinen und [Sportarten](#) in Remscheid.

Weitere Informationen und Beratungen erhalten Sie im Allee-Center geöffnet jeden 1. Samstag im Monat:  
von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Mehr Infos zu Trainingszeiten, Mitgliedschaft und Programmen gibt es auf den jeweiligen Websites der Vereine.

## Anmeldung in einem Verein

So melden Sie sich oder Ihr Kind bei einem Verein an  
In Remscheid gibt es viele Vereine.

Ein Verein ist eine Gruppe von Menschen, die gemeinsam etwas machen – zum Beispiel Sport, Musik, Basteln oder Tanzen.

Wenn Sie oder Ihr Kind bei einem Verein mitmachen möchten, gibt es ein paar Schritte:

1. Informationen holen  
Fragen Sie beim Verein nach, welche Angebote es gibt. Viele Vereine haben Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Es gibt oft auch günstige Angebote für Familien mit wenig Geld.
2. Anmeldeformular ausfüllen  
Wenn Sie mitmachen möchten, müssen Sie ein Formular ausfüllen. Das nennt man Anmeldung.  
Dort schreiben Sie:  
Name und Geburtsdatum von Ihnen oder Ihrem Kind  
Adresse und Telefonnummer  
manchmal auch, ob Ihr Kind schwimmen kann oder Allergien hat

3. Unterschreiben und abgeben

Das Formular muss unterschrieben werden. Dann geben Sie es beim Verein ab – oft im Büro oder bei einem Kursleiter.

4. Beitrag bezahlen

Viele Vereine kosten ein bisschen Geld. Das nennt man Mitgliedsbeitrag.

Oft bezahlt man einmal im Monat oder einmal im Jahr.

Wenn Sie wenig Geld haben, können Sie Hilfe bekommen – zum Beispiel mit dem [Bildung- und Teilhabepaket](#). Fragen Sie beim Verein oder bei der Stadt.

5. Starten und mitmachen!

Wenn die Anmeldung fertig ist, kann es losgehen!

Ihr Kind kann dann regelmäßig zum Verein kommen, mit anderen spielen, lernen oder Sport machen.

## **Wassersport und Vereine**

In Remscheid gibt es verschiedene Schwimmbäder und Orte, an denen Sie schwimmen und Spaß haben können. Hier sind einige:

### [H2O Sauna- und Badeparadies](#)

Hier gibt es viele Becken, eine Rutsche und eine Sauna. Sie können schwimmen und sich entspannen. Es gibt auch Massagen und Schönheitsanwendungen.

 Hackenberger Straße 109, 42897 Remscheid

 0 21 91 16 41 42

 Montag geschlossen außer an Feiertagen und Ferien

Dienstag 10:00 - 22:00 Uhr

Mittwoch 10:00 - 22:00 Uhr

Donnerstag 10:00 - 22:00 Uhr

Freitag 10:00 - 22:00 Uhr

Samstag 10:00 - 22:00 Uhr

Sonntag 10:00 - 21:00 Uhr

Feiertag 10:00 - 22:00 Uhr

### [Freibad Eschbachtal](#)

Ein Freibad mit einem Schwimmerbecken und einem Nichtschwimmerbecken. Es gibt auch einen Spielbereich. Ideal für Familien und Kinder.

In diesen Bädern können Sie schwimmen, spielen und entspannen.

derzeit geschlossen, aktualisierungen finden Sie auf der Homepage

 [Förderverein Freibad Eschbachtal e.V. – Das Freibad in Remscheid.](#)

### [Sportbad am Stadtpark](#)

Ein Hallenbad mit einem Sportbecken. Hier können Sie schwimmen und an Schwimmkursen teilnehmen.

📍 Schützenplatz 3, 42853 Remscheid  
📞 0 21 91 16 41 61

🕒 Montag 06:30 - 08:00 Uhr (6 Bahnen) und 13:00 - 14:00 Uhr (3 Bahnen)  
Dienstag 06:30 - 08:00 Uhr (5 Bahnen)  
Mittwoch 06:30 - 08:00 Uhr (6 Bahnen) und 13:00 - 14:00 Uhr (2 Bahnen)  
Donnerstag 06:30 - 08:00 Uhr (5 Bahnen)  
Freitag 06:30 - 08:00 Uhr (6 Bahnen)  
Samstag 14:00 - 15:00 Uhr (6 Bahnen)  
Sonntag geschlossen

#### Kräwi – Wasserspaß für alle

Die Freizeitanlage Kräwi an der Wupper-Talsperre lädt zum Schwimmen, Bootfahren, Angeln, Tauchen und Picknicken ein. Sie ist auch ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen und Radtouren. Der Eintritt ist frei, Parkplätze, Toiletten und ein Kiosk sind gegen Gebühr verfügbar.

Besuchen Sie die Websites für weitere Infos und Preise.

Sollten Sie auf der Suche nach einem passenden **Verein zu Ihrer Sportart** sein, finden Sie in der Übersicht des Sportbundes sicher den Richtigen.

#### **Sportbund Remscheid e.V.**

Der Sportbund Remscheid ist der Zusammenschluss vieler Sportvereine in Remscheid. Er unterstützt 72 Vereine mit über 23.000 Mitgliedern.

Der Sportbund hilft den Vereinen bei Fragen und Problemen und arbeitet mit der Stadt, Schulen und Kitas zusammen. Auch die Remscheider Sportjugend gehört dazu und kümmert sich um Kinder und Jugendliche.

Der Sportbund bietet Schulungen für Trainer und Ehrenamtliche an und ist Ansprechpartner für alle, die Sport machen möchten.

Auf der Internetseite des Sportbundes finden Sie eine Liste mit allen Vereinen und Sportarten sowie für Wassersport in Remscheid.

Weitere Informationen und Beratungen erhalten Sie im Allee-Center geöffnet jeden 1. Samstag im Monat:  
von 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr.  
Mehr Infos zu Trainingszeiten, Mitgliedschaft und Programmen gibt es auf den jeweiligen Websites.

