



KINDER- & JUGENDSPORT

Vereinsangebote,
Kurse & Abteilungen

2026



Wir bewegen
Langenfeld

Herzlich Willkommen!

Kinder- & Jugendsport

Bei uns kommen schon die Kleinsten voll auf ihre Kosten. Egal, ob ihr mit euren Kleinen unsere Ekip- oder Babyschwimmkurse besucht, die Jüngsten den Sport in unseren Action Kids-Gruppen kennenlernen oder ob eure „Großen“ bereits in ihrer Sportart zuhause sind: die SGL bietet eine optimale Bewegungsförderung für alle Altersgruppen.

Bis 3 Jahre turnen oder schwimmen eure Kinder immer mit euch zusammen, danach können sie sich auch allein z.B. bei Action Kids ausprobieren. Damit sich die älteren Kinder frei entfalten können, findet das Training ohne Eltern statt.

Alle Infos zu den Sportmöglichkeiten für Kinder & Jugendliche in unseren Wettkampfabteilungen findet ihr ab **Seite 14**.

Zusätzlich haben wir alle Infos, Termine & Links zu Verbänden und Ligen auf unserer Webseite ausführlich zusammengefasst. Schaut gerne mal vorbei!



Anmeldung

Angebote Kinder- & Jugendsport

Ihr könnt euer Kind ganz einfach online anmelden, sofern ein Platz frei ist. Für einige beliebte Angebote ist es notwendig, euer Kind auf einer **Digitalen Warteliste** einzutragen. Wir melden uns bei euch, wenn ein Platz frei ist. Dann kann euer Kind drei Mal schnuppern, bevor eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich ist.

Angebote Wettkampfsport

Bei den Wettkampf-Sportangeboten erfolgt i.d.R. eine Anmeldung nach einem Probetraining. Die Aufnahme erfolgt in Absprache mit dem/der Trainer*in oder der Abteilungsleitung; die jeweiligen Zusatzbeiträge findet ihr auf den folgenden Seiten.

www.sglangenfeld.de

Angebote



0 - 4 Jahre

**Baby- & Kleinkind-
schwimmen**

Seite 4



4 - 8 Jahre

Schwimmschule
Seite 5



0 - 4 Jahre

Eltern & Kindgruppen
Seite 6



3 - 12 Jahre

Action Kids
Seite 7



7 - 18 Jahre

Ballett
Seite 8



7 - 18 Jahre

Kindertanz
Seite 9



8 - 18 Jahre

Le Parkour
Seite 10



10 - 18 Jahre

Trampolin
Seite 10



5 - 12 Jahre

Inlineskaten
Seite 11

Wassergewöhnung



Dein Baby ist da und das Element Wasser ist ihm nach wie vor vertraut. Bei uns kann es die Schwerelosigkeit im Wasser neu erleben. Im Vordergrund stehen Körperkontakt, der Spaß am gemeinsamen Erlebnis und die erste Wassergewöhnung.

**Befristete Kurse, mit oder ohne Mitgliedschaft.
Für Vereinsmitglieder günstiger.**

0 - 4 Jahre

Ansprechpartner:
Kinder- & Jugendsport

Kontakt:
kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsort:
SGL Bewegungsbad,
Langforter Str. 72

monatlich:
befristeter Kurs (halbjährlich)

Babyschwimmen:
Kursgebühr: Infos online

Kleinkindschwimmen:
befristeter Kurs (halbjährlich)

Kursgebühr:
Erwachsene: Infos online
+ Kind:
Vereinsbeitrag: 13 €
+ Schwimmschule: 15,50 € p.M.

Anmeldung:
Online ab Kursanmeldetag

Baby- und Kleinkindschwimmen

Unsere erfahrenen Schwimmlehrer*innen führen spielerische Übungen durch, die die motorischen Fähigkeiten und Koordination deines Kindes stärken.

In ruhiger Atmosphäre und in einer festen Gruppe erlernst du die wichtigsten Griffe und Bewegungen. Das warme Wasser unseres Bewegungsbades bietet angenehme Bedingungen für die Kinder und eröffnet ihnen ganz neue Reize. Dein Kind wird seine wöchentliche Schwimmstunde lieben. Unsere Schwimmlehrer*innen betreuen euch und die anderen Teilnehmer*innen der festen Gruppen dabei individuell und umsichtig.



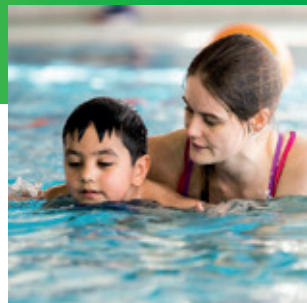
Montag	Dienstag	Mittwoch	Freitag	Samstag
	Baby* 9.30 Uhr	Baby* 9.30 Uhr		
	Baby* 10.15 Uhr	Baby* 10.15 Uhr		Kleinkind 2 - 4 J., 10.30
	Baby* 11.00 Uhr	Baby* 11.00 Uhr		Kleinkind 2 - 4 J., 11.15
Kleinkind 2 - 4 J., 16.45			Baby* 16.30	
Kleinkind 2 - 4 J., 17.30			Kleinkind 2 - 4 J., 17.15	
			Kleinkind 2 - 4 J., 18.00	
			Kleinkind 2 - 4 J., 18.45	

* Altersgruppen Babyschwimmen: halbjährlich, Infos online

Schwimmschule

Unsere Schwimmschule ist darauf ausgerichtet, behutsam und altersgemäß auf die Bedürfnisse deines Kindes einzugehen. Unsere Schwimmlehrer*innen setzen sich dafür ein, dass dein Kind das sichere Schwimmen erlernt. Die Schwimmschule umfasst zwei Leistungsstufen: Seepferdchen und Bronze. Dein Kind bleibt so lange in der Leistungsstufe, bis es das jeweilige Schwimmabzeichen erfolgreich absolviert hat.

4 - 8 Jahre



	Montag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00					Seepferdchen 9.00 - 10.30 12.45 - 14.15 Bronze 8.30 - 13.00	Seepferdchen 9.00 - 14.15
13.00	Seepferdchen 13.45 - 16.45 Bronze 15.00 - 15.45	Seepferdchen 15.15 - 18.15	Seepferdchen 13.45 - 17.30	Seepferdchen 14.15 - 16.30		

Bewerbung um einen Platz in der Schwimmschule:

Anmeldungen sind nur an einem festen Termin möglich - das Datum teilen wir über unseren **WhatsApp Kanal** mit.

Am Stichtag ist **ab 8 Uhr** die Bewerbung für alle freien Plätze möglich. Unser System sammelt **bis 22 Uhr** alle Bewerbungen. Für die Platzvergabe spielt es keine Rolle, wann ihr euer Kind anmeldet. Die Vergabe nach Zufallsprinzip erfolgt anschließend automatisiert nach 22 Uhr. Zu- und Absagen werden umgehend per Mail versandt.

Das solltet ihr beachten:

Euer Kind muss mindestens 4 Jahre alt und trocken sein. Der zugeteilte Platz ist verbindlich.

Pro Kind ist nur eine Anmeldung erlaubt. **Mehrfache oder fehlerhafte Anmeldungen werden storniert, ohne Anspruch auf einen neuen Platz.**

Spätestens ab der zweiten Unterrichtsstunde muss euer Kind allein am Unterricht teilnehmen können.

Ansprechpartner:

Kinder- & Jugendsport

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsorte:

**SGL Bewegungsbad,
Stadtbad Schwimmerbecken,**
Langforter Str. 72

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 15,50 €

Anmeldung:

Digitale Online-Bewerbung
am Stichtag



Eltern- & Kind Gruppen



Bewegung ist für dein Kind alles? Bei uns kann es mit dir **gemeinsam** spielerisch die Welt erkunden. Spaß und Sicherheit stehen im Mittelpunkt – klettern, hüpfen, balancieren und mehr erwarten euch!

0 - 4 Jahre

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00	Windelflitzer BZL	Windelflitzer CVA	Windelflitzer BZL	Windelflitzer CVA	Spielgruppe CVA
	Spielgruppe CVA		Spielgruppe 09.15, CVA	Spielgruppe CVA	
	Ekip, 2 - 6 M., BZL				
10.00	Ekip, 6 - 12 M., 10.15, BZL		Mattenhopper BZL	Mattenhopper CVA	
15.00	Windelflitzer CVA	Windelflitzer BZL	Kletterkids CVA		
		Kletterkids CVA			
16.00	Kletterkids 16.15, Brückentor	Mattenhopper BZL	Kletterkids BZL		
	Mattenhopper CVA				
17.00	Kletterkids CVA	Kletterkids BZL			
	Kletterkids 17.15, Brückentor				

Ansprechpartner:
Kinder- & Jugendsport

Kontakt:
kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsorte:
BZL, Langforter Str. 72
CVA, Fahlerweg 76
TH Brückentor, Am Brückentor 6 - 8

Anmeldung: Online

monatlich:

Vereinsbeiträge:

Familie: 35 € oder

Kind/EW: je 13/16 €

Ekip 2 - 6 & 6 - 12 Monate
Hier gibt es Anregungen zur Bewegungsförderung eurer Babys, während ihr Infos zu ihrer Entwicklung und viel Raum für Erfahrungsaustausch bekommt.

Spielgruppe 1 - 2 Jahre
In unserer Spielgruppe haben eure Kinder erste Kontakte zu anderen Kindern und können gemeinsam singen, malen und spielen.

Windelflitzer ca. 1 - 2 Jahre
Hier wird die Entwicklung vom Krabbeln bis zum Laufen unterstützt. Es gibt kleine Geräteaufbauten für die ersten Schritte eurer Kinder.

Mattenhopper ca. 2 - 3 J.
Hier werden größere Geräte aufgebaut und das ein oder andere Spiel gespielt.

Kletterkids ca. 3 - 4 J.
Hier spielt Groß mit Klein. Wir klettern, rollen, springen und toben uns richtig aus.

Action Kids

Dein Kind möchte allein turnen? Wir bieten allen Energiebündeln ein vielfältiges Programm zum Austoben & Ausprobieren: In unseren Angeboten kann dein Kind verschiedene Sportarten kennenlernen, neue Freunde finden und gemeinsam spannende Wettkämpfe erleben.

3 - 12 Jahre



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14.00				Action Kids 3 - 6 J., 14.30, BZL	
15.00	Action Kids 3 - 6 J., Giesenberg			Action Kids 3 - 6 J., Giesenberg	Action Kids 3 - 6 J., CVA
				Action Kids 3 - 6 J., 15.30, BZL	
16.00	Action Kids 3 - 6 J., Giesenberg	Action Kids 3 - 6 J., CVA	Action Kids 3 - 6 J., CVA	Action Kids 3 - 6 J., Giesenberg	Action Kids 6 - 9 J., CVA
	Action Kids 3 - 6 J., 16.30, Am Hang		Action Kids 3 - 6 16.30, Parkstr.	Action Kids 3 - 6 J., 16.30, Fröbel.	
			Action Kids 3 - 6 16.30, Immigr.		
17.00	Action Kids 3 - 6 J., Zehntenweg		Action Kids 6 - 9 J., 17.30, Immigr.	Action Kids 6 - 9 J., 17.30, Fröbel.	Action Kids 9 - 12 J., Brückentor
	Action Kids 6 - 9 J., 17.30, Am Hang		Action Kids 6 - 9 J., 17.30, Parkstr.		
18.00	Action Kids 6 - 9 J., Zehntenweg				

Action Kids 3 - 6 & 6 - 9 & 9 - 12 Jahre

Auf spielerische Weise lernen die Kinder ihren Körper kennen und probieren sich beim Klettern, Hüpfen oder Schaukeln aus. Dabei lernen sie den Umgang mit anderen Kindern sowie das Einordnen in eine Gruppe: so wird ihr Sozialverhalten gestärkt.

Trainingsorte:

BZL, Langforter Straße 72

CVA, Fahlerweg 76

TH Brückentor, Am Brückentor 6-8

TH Immig., Immigrather Straße 61

TH Fröbelstr., Fröbelstraße 15

TH Am Hang, Zugang H. d. Gärten

TH Parkstr., Parkstraße 54

TH Zehntenweg, Zehntenweg 45

Action Kids

Kontakt:

Kinder- & Jugendsport

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Anmeldung: Online

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 2 €



Ballett



Ballett bietet dir viele Vorteile! Es verbessert deine Körperhaltung und Flexibilität, stärkt deine Muskeln und fördert die Koordination. Außerdem hilft es dir, Disziplin und Durchhaltevermögen zu entwickeln.

Ballett kann dir auch helfen, dein Selbstbewusstsein zu stärken und dir die Möglichkeit geben, Kreativität und Ausdruckskraft zu entfalten.

7 - 18 Jahre

Ballett

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsorte:

BZL, Langforter Str. 72

CVA, Fahlerweg 76

Pfarrs. St. Josef, Josefstr. 6

Anmeldung:

Online oder

Digitale Warteliste

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag:

ab 6 J., 60 Min. 20 €

ab 6 J., 90 Min. 25 €

Ballett 7 - 9 J., 9 - 11 J. & 11 - 18 J.

In den Gruppen des Balletts wird nach der russischen Wagnon-Methode unterrichtet. Dieser Stil greift Einflüsse der französischen und italienischen Schule auf und legt dabei besonderen Wert auf die Kräftigung der unteren Rückenmuskulatur und die korrekte Haltung und Benutzung der Arme und Schultern.

	Dienstag	Mittwoch	Freitag
17.00	Ballett 9 - 11 J., CVA	Ballett 7 - 9 J., BZL	Ballett 7 - 9 J., BZL
18.00	Ballett ab 11 J., CVA		



Kindertanz

Tanzen ist deine Welt? Bei uns steht der Spaß im Vordergrund!
Mit deiner Lieblingsmusik fällt es besonders leicht, zu entspannen, dich gut zu fühlen und dich auszupowern. Nebenbei stärkst du deine Muskulatur und deine Fitness.

3 - 18 Jahre



Dance Mix 7 - 9 & 10 - 16 J.
Beim Dance Mix erlernst du Elemente aus mehreren Tanzstilen, wie Jazz-Dance und Hip-Hop. Gleichzeitig steigertest du deine Ausdauer und trainierst deine Koordination.

Hip-Hop 8 - 12 & 12 - 18 J.
Wir beginnen mit den Basics des Hip-Hops wie Grundschritte und Bewegungen: Zusammen erarbeiten wir kleine Choreografien, die die erlernten Steps integrieren.

Jazz-Ballett-Mix ab 8 Jahre

Du magst Ballett und Jazz-Dance? Dann ist dieses Angebot perfekt für dich. Wir lernen die Technik aus beiden Stilen und vereinen sie in einer tollen Choreographie.

Bewegung mit Musik

Kontakt:

kindersport@sglangenfild.de

Trainingsorte:

BZL, Langforter Str. 72

CVA, Fahlerweg 76

Anmeldung:

Online oder
Digitale Warteliste

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 8 €

	Mittwoch	Freitag
16.00	Dance-Mix 7 - 9 J., BZL	Dance-Mix 7 - 9 J. 16.30, CVA
17.00	Dance-Mix 10 - 16 J., BZL	Hip-Hop 8 - 12 J., 17.30, CVA
18.00		Hip-Hop 12 - 18 J., 18.30, CVA
		Jazz-Ballett-Mix ab 8 J., BZL



Tänzerische Früherziehung (Ballett) 3 - 4 J. & 5 - 6 J.

Unsere tänzerische Früherziehung schult Rhythmusgefühl, Tanzbewegungen, Kreativität & Körperbewusstsein. Die künstlerische Ausdrucksfähigkeit der jüngsten Tänzer*innen wird spielerisch gefördert.

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15.00	Ballett 3 - 4 J., CVA	Ballett 3 - 4 J., BZL	Ballett 3 - 4 J., St. Josef	Ballett 3 - 4 J., BZL
16.00	Ballett 5 - 6 J., CVA	Ballett 5 - 6 J., BZL	Ballett 5 - 6 J., St. Josef	Ballett 5 - 6 J., BZL

Le Parkour / Trampolin



Le Parkour Kursangebot

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Anmeldung: Online

Trainingsort:

TH Am Hang, Zugang H. d. Gärten

Kosten:

bestristete Kurse, Infos online



Trendsport

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsort:

CVA, Fahlerweg 76

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 6 €

Le Parkour – der ultimative Sport für Kinder & Jugendliche, die ihre körperlichen Grenzen neu definieren möchten!

8 - 18 Jahre

Wenn du wie ein Ninja klettern und springen oder dich wie Spiderman bewegen möchtest, ist Le Parkour genau das Richtige für dich!

In der Halle lernst du Hindernisse zu überwinden, indem du springst, kletterst und balancierst. Unsere speziell auf Kinder abgestimmten Kurse werden von erfahrenen Trainern geleitet, die dich sicher anleiten und deine Fähigkeiten fördern.

Probetraining: Online-Anmeldung erforderlich

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Le Parkour 8 - 10 J. 17.30, TH am Hang	Trampolin 8 - 11 J., 17.00, CVA	Le Parkour 10 - 13 J. 17.30, TH am Hang
Le Parkour 8 - 10 J. 18.30, TH am Hang	Trampolin 11 - 18 J., 18.30, CVA	Le Parkour 13 - 18 J. 18.30, TH am Hang
Le Parkour 10 - 13 J. 19.30, TH am Hang		

Trampolin springen – die perfekte Sportart für Kinder, die Spaß und Bewegung lieben!

10 - 18 Jahre

Trampolin springen hilft, Energie zu entfesseln und motorische Fähigkeiten zu verbessern. Mit weichen Sprungflächen und individuell angepasstem Training für jedes Fitnesslevel können Kinder von einfachen Sprüngen bis zu spektakulären Saltos alles ausprobieren!

Anmeldung:

Online oder Digitale Warteliste



Inlineskaten

Auf die Rollen, fertig, los! Komm zum **Inlineskaten** und lerne spielerisch, sicher und mit viel Spaß das Fahren auf Inlinern.

Ab 5 Jahre

Bei uns lernst du technisch sicheres Fahren und Bremsen, „richtiges“ Fallen, aber auch den einen oder anderen coolen Trick. Dabei trainierst du Koordination, Ausdauer und Selbstvertrauen. Egal ob Anfänger oder Fortgeschritten – hier bist du genau richtig! Mit eigenem Helm, Inlinern und Schützern kann's losgehen.

Du kriegst nicht genug vom Skaten? Dann schau mal bei den SGL Devils vorbei – hier findest du alle Infos zu unserer Inline-skaterhockey-Abteilung (Seite 16).

Probetraining: Online-Anmeldung erforderlich

	Dienstag	Freitag
16.00	Inlineskaten Anfänger 5 - 7 J., Am Brückentor	Inlineskaten Anfänger 6 - 10 J., SH H.d. Gärten Inlinehockey, 8 - 12 J. Am Brückentor
17.00	Inlineskaten Anfänger 7 - 10 J., Am Brückentor	



Trendsport

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsorte:

TH Brückentor, Am Brückentor 6 - 8

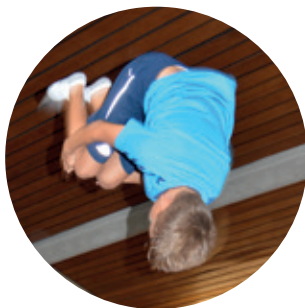
SH H. d. Gärten, Im Bruchfeld 45

Anmeldung: Online

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 6 €



Wettkampfabteilungen



ab 10 Jahre

Basketball

Seite 14



ab 5 Jahre

Handball

Seite 15



ab 5 Jahre

Inline-Skaterhockey

Seite 16



ab 10 Jahre

Volleyball

Seite 17



ab 5 Jahre

Karate

Seite 18



ab 7 Jahre

Ju-Jitsu

Seite 19



ab 8 Jahre

Fechten

Seite 20



ab 140 cm

Rhönrad

Seite 21



ab 5 Jahre

Gerätturnen

Seite 22



ab 5 Jahre

Leichtathletik

Seite 23



ab 13 Jahre

Paartanzen

Seite 24



Veranstaltungen

Seite 25



Wirbelwind

Physiotherapie für Klein & Groß



**Carl-Voss-Anlage
Fahlerweg 76**

Telefon: 02173 - 9609518
www.sglangenfeld.de



Feiert euren Geburtstag mit uns!

Kindergeburtstag in der Halle

Wir haben genug Platz für euch zum Austoben:

Freitags von 14 - 17 Uhr, CVA, Fahlerweg 76

**Themen: Bewegungslandschaft, Action Kids
oder Rund um den Ball**

Vereinsmitglieder: 199 €

Nicht-Mitglieder: 249 €

Stornierung: 50 € Bearbeitungsgebühr, wenn ein Nach-
rücker gefunden wird, sonst fällt der volle Betrag an.



6 - 12 Jahre

Basketball



Ansprechpartner:

Mika Peifer-Weiss

Abteilungsleitung

Kontakt:

mi.peiferweiss@gmail.com

Trainingsort:

Wilh.-Würz-H., Jahnstr. 113

CVA, Fahlerweg 76

TH Immigratherstr.,

Immigrather Str. 61

SH BvA, Hildener Str. 3

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 5 €

Entdecke Basketball: Hier stehen Geschwindigkeit, Können und Teamwork im Rampenlicht!

In dieser schnellen Sportart findest du: Leidenschaft und Emotion, Teamgeist und Freundschaft, körperliche Fitness und Spannung!

Das Gefühl, den Ball in den Korb zu werfen oder einen spektakulären Slam Dunk zu erzielen, ist unvergleichlich. Auf dem Spielfeld stärkst du deine Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft.

Dazu ist jedes Spiel eine neue Herausforderung, bei der du deine Fähigkeiten unter Beweis stellst und dein Bestes gibst, um zu gewinnen.



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	U10 mixed* 17.00, CVA		U14 Jungen 17.00, Immigrather		U14 Jungen 10.30, Immigrather
	U14/16 Mädchen 17.30, Immigrather		U12 mixed 17.30, WWH		
			U14/16 Mädchen* 18.30, Immigrather		
U18 Jungen 19.00, BVA			*Findet aktuell nicht statt	U16 Jungen 19.00, Immigrather	
		U16/U18 Jungen 20.00, Immigrather		U18 Jungen 20.30, Immigrather	

Probetraining:

Momentan sind ein Probetraining und die Aufnahme in der **U10** & **U12** leider nicht möglich.

U14/U16/U18: Nach Absprache kannst du bis zu drei Mal schnuppern, anschließend ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.

U14: Hier empfehlen wir ein Probetraining frühestens ab 11 Jahren.

Handball

Handball ist ein cooler Sport, der den Teamgeist, die Koordination und die Bewegungsfähigkeiten fördert.

Beim Handball lernst du nicht nur wie man Bälle wirft und fängt, sondern auch spielerisch die Grundlagen von Taktik und Teamarbeit – denn die Zusammenarbeit und das Vertrauen in die anderen ist die Basis eines erfolgreichen Teams. Unsere Trainingseinheiten sind abwechslungsreich und beinhalten spannende Spiele und Übungen, die dich begeistern werden.



Ansprechpartner:

Philipp Goyert

stellv. Abteilungsleitung/
Jugendleiter

Kontakt:

philipp.goyert@sgl-handball.de

Trainingsorte:

SH KAG 1 & 2, TH Schul-

zentrum, Lindberghstr. 44

SH H. d. Gärten, Im Bruchfeld 45

SH BvA, Hildener Str. 3

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 8,50 €



Probetraining:

Nach Absprache kann euer Kind bis zu drei Mal schnuppern. Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
F2/F3 16.00, KAG 2	E1/E2 16.00, KAG 1	D2 16.00, KAG 1	E1/E2 16.00, KAG 1	wD 16.00, KAG 2	Mini Bam/F2 10.00, H. d. Gärten
	F Jgd. 16.00, Schulzentrum	F2 16.00, Schulzentrum	wB/wC 16.00, KAG 2		
D2 17.00, H. d. Gärten	wB/wC/B2 17.30, KAG 1	C1 17.30, KAG 1	E1 17.00, Schulzentrum	wC 17.30, KAG 2	Maxi Bam/F1 11.30, H. d. Gärten
B2/C1 17.30, KAG 1	wB/wC 17.30, Schulzentrum	B1 17.30, BvA	B1/B2 17.30, KAG 1		Altersklassen: Mini (2019 u. jünger) F (2017/18) E (2015/16) D (2013/14) C (2011/12) B (2009/10) A (2007/08)
wD 17.30, BvA			C1/C2 17.30, KAG 2		
			D1 17.30, BvA		
C2/D1 18.30, H. d. Gärten					
A/B1 19.00, KAG 1		A/TW: A & B1 19.00, KAG 1		wB 19.00, KAG 2	

Änderungen der Trainingszeiten sind möglich, bitte online prüfen.

Inline-Skaterhockey



Ansprechpartner:

Lars Fehrholz

Jugendwart Bambini & Schüler

Torsten Wallerich

Jugendwart Jugend & Junioren

Kontakt:

jugendwart@sgldevils.de

Trainingsorte:

SH KAG, Lindberghstr. 44

Wilh.-Würz-H., Jahnstr. 113

Dr.-Ellen-Wiederhold-Halle,
Pungshauserstr. Hilden

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 4 €

Kennst du schon die SGL Devils? – Sie spielen Inline-Skaterhockey, die Herausforderung für alle, denen andere Sportarten zu langsam sind.

Hier lernst du spielerisch Ballführung, Taktik und Teamarbeit! Inline-Skaterhockey spielt man auf Inline-Skates mit einem Kunststoffball.

Maximal 16 Spieler*innen und 2 Goalies treten pro Spiel als Team an. Während des Spiels ist eine vollständige Schutzausrüstung zu tragen. Diese kann zu Beginn geliehen werden.

In Deutschland wird in den Altersklassen **Junioren** (U19), **Jugend** (U16), **Schüler** (U13) und **Bambini** (U10) gespielt.



Probetraining:

Nach Absprache kann euer Kind bis zu drei Mal schnuppern (in Voll-ausrüstung). Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Freitag
Bambini 16.30, KAG 1		Bambini 16.30, KAG 2	
	Schüler 17.30, WWH		Schüler 16.30, KAG 1
	Jugend* 18.00, E. Wiederhold	Junioren 18.00, KAG 2	Junioren 18.00, KAG 1
		Jugend* 18.00, E. Wiederhold & WWH	Jugend* 18.00, WWH

* Spielgemeinschaft mit Hilden Flames Saison 2026

Volleyball

Baggern, Pritschen, Schmettern, Blocken – herzlich willkommen in der Welt des Volleyballs!

Volleyball hilft dir, deine Koordination und Schnelligkeit zu verbessern, während du dich auf dem eigenen Feld bewegst. Hier zählen Zusammenarbeit, Kommunikation und Vertrauen in deine Mitspieler*innen, denn gemeinsam könnt ihr viel erreichen.

Hier wird bis 3 gezählt – 3x den Ball spielen, ihn in das gegnerische Feld schmettern, möglichst in drei Sätzen gewinnen – das ist Volleyball!



Montag	Dienstag	Mittwoch	Freitag
wU14 15.45, Schulzentrum	U14 mixed/mU16/ 15.45, SH H. d. Gärten	mU18.1 15.45, TH H. d. Gärten	U14 mixed 15.00, SH KAG
		U14 mixed 15.45, SH H. d. Gärten	mU16 15.00, Schulzentrum
			wU18.3 16.20, Schulzentrum
mU18.1 17.00, Schulzentrum	wU16/wU18.2/mU18.2 17.00, SH H. d. Gärten	mU20 17.00, TH H. d. Gärten	wU16 17.40, Schulzentrum
Anfänger 18.00, CVA		wU18.1/wU20.1 17.00, SH H. d. Gärten	U14 mixed 19.00, Schulzentrum
wU18.2 18.30, Schulzentrum	wU18.3/ wU20.2/mU20 18.30, SH H. d. Gärten	wU20.2 18.30, TH H. d. Gärten	

Änderungen der Trainingszeiten sind möglich, bitte online prüfen.

Probetraining:

Unsere Trainer*innen und Ansprechpartner*innen stehen dir für Fragen zum Probetraining zur Verfügung. Weitere Infos findest du online.

Ansprechpartner:

Emin Eren

Abteilungsleitung

Kontakt:

emin_eren_2000@hotmail.de

Trainingsort:

TH H. d. Gärten, H. d. Gärten 21

SH H. d. Gärten, Im Bruchfeld 45

TH Schulzentrum, Lindberghstr. 44

SH KAG, Lindberghstr. 44

CVA, Fahlerweg 76

Anmeldung: Warteliste

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ **Zusatzbeitrag:** 6 €



Karate



Ansprechpartner:

Mustafa Kamel

Abteilungsleitung

Kontakt:

mustafa_kamel@hotmail.de

Karate BZL

Ansprechpartner:

Mustafa Kamel

Alter: 4 - 14 Jahre

Trainingsorte:

BZL, Langforter Str. 72

TH Am Hang, Zugang H. d. Gärten

Karate Reusrath

Ansprechpartner:

Tobias Schälte

Kontakt:

tobias.schaelte@outlook.de

Alter: 5 - 16 Jahre

Trainingsorte:

Alfred-Kranz-H., Zugang bei
Brunnenstr. 51

TH Am Hang, Zugang H. d. Gärten

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

Zusatzbeitrag: 5 €



**GÖJŪ - RYŪ
KARATE-DO**

SG LANGENFELD

Karate – hier es geht nicht nur darum, coole Moves zu lernen – es geht auch darum, fit zu bleiben und Selbstvertrauen zu gewinnen. Hier kannst du springen, rennen, kicken und deine Kräfte entdecken. Du wirst stärker – sowohl körperlich als auch mental. Außerdem lernst du, dich selbst zu verteidigen und Konflikte auf clevere Weise zu lösen, was dir viel Selbstvertrauen gibt.

Montag	Mittwoch	Samstag	Sonntag
		4 - 14 J. 09.00, BZL	4 - 14 J. 09.00, BZL
		5 - 16 J. 13.00, A. Kranz	
	4 - 14 J. (BZL) 17.30, Am Hang		
	5 - 7 J. 17.15, A. Kranz		
12 - 16 J. 18.30, Am Hang	8 - 11 J. 18.15, A. Kranz		

Karate lehrt dich auch wichtige Dinge wie Disziplin, Respekt und wie man Ziele erreicht, die dir im ganzen Leben helfen. Unsere Trainer*innen sorgen dafür, dass der Unterricht spannend und abwechslungsreich bleibt.

Probetraining:

BZL: Sa. 9.00 - 10.30 Uhr, offen

1. Probetraining begleitet von
einem Erziehungsberechtigten

Reusrath:

nach Online-Anmeldung



Ju-Jutsu ist eine spannende Mischung aus Bewegung, Selbstverteidigung und Spaß!

Hier steigern Kinder ihre Fitness, lernen, sich sicher zu schützen, und stärken ihr Selbstvertrauen. Dabei fördern wir Respekt, Disziplin und Teamarbeit in einer positiven Umgebung.

Erfahrene Trainer*innen sorgen für abwechslungsreiche Übungen, die die körperliche und persönliche Entwicklung unterstützen.

Bitte beachten: wir nehmen nicht an Wettkämpfen teil.

Dienstag	Freitag	Samstag
		7 - 9 J. 10.00
		10 - 15 J. 10.00
		10 - 15 J. 11.30
Ab 15 J. 19.00	Ab 15 J. 19.00	

Jugendliche ab 15 Jahre können zusammen mit den Übungsleiter*innen entscheiden, ob sie sich dem Kinder- oder Erwachsenentraining anschließen möchten. Gerne können auch beide Trainingsmöglichkeiten wahrgenommen werden.

Probetraining: Nach vorheriger Absprache kann euer Kind bis zu drei Mal schnuppern. Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.



Ansprechpartner:

Michael Maas
Abteilungsleitung

Kontakt:

jujutsu.mmaas1@gmail.com

Trainingsort:

BZL, Langforter Str. 72

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 5 €



Fechten



ab 8 Jahre

Ansprechpartner:

Olaf Freischmidt

Abteilungsleitung

Kontakt:

sglfechten@web.de

Trainingsort:

CVA, Fahlerweg 76

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 6,50 €

Fechten – wo Präzision, Strategie und Kampfgeist aufeinandertreffen!

Erlebe die Spannung jeder Begegnung, verbessere deine Konzentration und Fitness und meistere neue Herausforderungen!

Für die Gefechte mit dem Florett, Degen oder Säbel sind physische Fitness sowie Koordinationsvermögen und mentale Stärke unerlässlich. Zudem sind Technik und Konzentration wichtige Grundpfeiler der Fecht Ausbildung.

Lerne durch die Bewegungsabläufe beim Fechten deinen Bewegungsdrang sinnvoll zu kontrollieren und im Gefecht einzusetzen.

Übrigens: Der respektvolle Umgang mit deinem Gegenüber wird in diesem Sport besonders groß geschrieben.

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
Fortgeschrittene 18.00		Anfänger 18.00
	Fortgeschrittene Elektro 19.00	Fortgeschrittene 19.00



Probetraining: Nach vorheriger Absprache kannst du/dein Kind bis zu drei Mal schnuppern. Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.



Die Welt steht Kopf – das gibt es im Sport nur beim Rhönradturnen!

Bei uns rollst du dreidimensional durch die Halle und turnst dabei herausfordernde Choreographien.

Unsere erfahrenen Trainer*innen unterstützen dich dabei, dein Können stetig weiterzuentwickeln und dich mit anderen bei Meisterschaften zu messen.

Turnerische Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber auch Anfänger sind willkommen.

Die Mindestkörpergröße beträgt ca. 140 cm aufgrund der Größe der verfügbaren Rhönräder.



Ansprechpartner:

Mike Eschrich

Abteilungsleitung

Kontakt:

rhoenrad@sglangenfeld.de

Trainingsort:

CVA, Fahlerweg 76

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 5 €

Donnerstag	Freitag	Samstag
Ki., Jugend, Erw. 17.30	Ki., Jugend, Erw. 17.00	Fortgeschrittene 17.30
	Fortgeschrittene 19.00	

Sichtungstraining: nächster Termin: Infos online.

Die Anmeldung erfolgt per Mail.



Leistungsturnen für Mädchen



Gerätturnen vereint Körperbeherrschung, Kraft und Anmut in einer Sportart, die deinen Körper und Geist herausfordert.

Du trainierst deinen gesamten Körper, steigerst deine Flexibilität und Ausdauer und wirst zunehmend stärker. Mit eleganten Bewegungen und Figuren entwickelst du eine beeindruckende Körperbeherrschung. Im Gerätturnen findest du eine unterstützende Gemeinschaft, in der Freundschaften entstehen und in der du im Team an Zielen arbeitest. Es fördert dein Selbstvertrauen und bietet die Möglichkeit, an Wettkämpfen teilzunehmen.

Ansprechpartnerin:

Daniela Hieke

Abteilungsleitung

Kontakt:

kindersport@sglangenfeld.de

Trainingsort:

TH Geschwister-Scholl,
Geschwister-Scholl-Str. 45

Anmeldung:

Digitale Warteliste

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 7 €

Ob Anfängerin oder Fortgeschrittene – Gerätturnen macht nicht nur fit, sondern auch viel Spaß!

Montag	Dienstag	Donnerstag	Freitag
16.30 - 18.00			16.00 - 18.30
	17.00 - 19.00	17.30 - 19.00	

Sichtungstraining: weitere Infos online.



Leichtathletik

Wenn du gerne rennst, springst und wirfst, ist die Leichtathletik genau das Richtige für dich.

In dieser vielseitigen Sportart kannst du deine körperlichen Fähigkeiten testen und verbessern. Unsere erfahrenen Trainer vermitteln dir spielerisch die Grundlagen und helfen dir, schneller zu laufen, höher zu springen und weiter zu werfen. Dabei wirst du nicht nur fitter, sondern lernst auch wichtige Werte wie Teamarbeit, Disziplin und Durchhaltevermögen. Komm vorbei, schnür deine Sportschuhe und erlebe die Freude an der Bewegung!

Schon die Kleinsten sind bei uns willkommen. Bei uns wirst du spielerisch an die Leichtathletik herangeführt. Auch nehmen wir an dem einen oder anderen Wettkampf teil, wo du dich mit anderen Kindern messen kannst.

Aktuell bieten wir unser Training in den Altersbereichen bis U14 an. Zukünftig wollen wir dies auch Schritt für Schritt ausbauen und an die Erfolge unserer Jugendlichen in den Wettkampfgruppen anknüpfen. Hier erfolgt dann auch erst eine Spezialisierung auf einzelne Disziplinen.

Probetraining: Kommt einfach zu den Trainingszeiten vorbei und nehmt erst einmal unverbindlich teil! Nach Absprache kann euer Kind bis zu drei Mal schnuppern. Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.



Ansprechpartner:

Carsten Lüdorf

Abteilungsleitung

Kontakt:

leichtathletik@sglangenfeld.de

Trainingsorte:

CVA, Fahlerweg 76

Jahnstadion, Jahnstr. 2

SH KAG, Lindberghstr. 44

Wilh.-Würz-H., Jahnstr. 113

Anmeldung: nach Absprache

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 5 €

Dienstag	Donnerstag	Freitag
		Minis U8 15.15, KAG/Jahn*
U12/U14 16.30, WWH/Jahn*	U10 (2018) 16.00, CVA	U12/14 16.30, KAG/Jahn*
	U10 (2017) 17.00, CVA	



* Trainiert wird von den Oster- bis zu den Herbstferien im Jahnstadion bzw. auf der Carl-Voss-Anlage. Im Winter findet das Training in der Halle statt.



Tanzen für Jugendliche & junge Erwachsene



Ansprechpartner:

Mario Schiena

0177/306 8858

Kontakt:

tanzen@sglangenfeld.de

Trainingsort:

BZL, Langforter Str. 72

St. Josef, Josefstr. 6

Anmeldung: Online

monatlich:

Vereinsbeitrag: 13 €

+ Zusatzbeitrag: 10,50 €

Ihr liebt die Bewegung und tanzt gern zu zweit? Kommt in unsere Jugendtanzkreise!

Ihr habt die Basics schon gelernt und wollt regelmäßig zusammen tanzen? Dann seid ihr in unseren Jugendtanzkreisen genau richtig! Hier könnt ihr euer Können stetig weiterentwickeln.

Mittwoch	Freitag
	Jugendtanzkreis BZL, 17.00
Jugendtanzkreis St. Josef, 18.00	

Probetraining: Nach vorheriger Absprache könnt ihr bis zu drei Mal schnuppern. Danach ist eine verbindliche Anmeldung im Verein und in der Abteilung erforderlich.



Bachata Solo I & II Workshop

**Ihr wollt Bachata kennenlernen oder vertiefen?
Das geht hier auch einzeln!**

Samstag, den 25. April - Foundation & Flow

Für Einsteiger: Technik, Körpergefühl & Musikalität aufbauen.

Footwork & Flow: Saubere Gewichtsverlagerung, klare Raumkoordination und flüssiger Tanzstil.

Body Movement & Isolations: Isolationen, Waves & natürliche Körperarbeit für mehr Ausdruck im Tanz.

Sonntag, den 26. April - Control & Musicality

Präzision, Kontrolle & musikalisches Feingefühl verfeinern. Für Tänzer*innen mit Grundkenntnissen.

Footwork & Musicality: Timing, Richtungswechsel und Musicality – auch bei schneller Bachata.

Body Movement & Musicality: Isolationen und Hüftbewegungen musikalisch einsetzen und mit Footwork verbinden.

Jeweils Abschluss mit Mini-Choreografie.

Mitglieder je 15 €, Nicht-Mitglieder je 25 €



Veranstaltungen

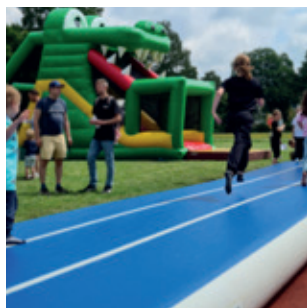
Terminvorschau 2026 – jetzt vormerken!

Über das Jahr verteilt feiern wir immer wieder: Mit Hüpfburg, Kletterparcour, Bewegungslandschaften und Workshops – da ist für jeden was dabei.

Sommerfest

04. Juli

CVA, Fahlerweg 76



Tag der offenen Tür

04. Oktober

BZL, Langforter Str. 72



Handball Arndt Cup

Herbst

SH KAG, Lindberghstr. 44



Devils Turnier

Herbst/Winter

SH KAG, Lindberghstr. 44



Weihnachtsparkour

13. Dezember

SH KAG, Lindberghstr. 44



Weitere Infos:

www.sglangenfeld.de



Kinderschutz

Im Sport spielt Körperlichkeit immer eine Rolle. Das Umziehen vor dem Training, das Duschen danach, Hilfestellungen während einzelner Übungen oder Trost bei Verletzungen – das gemeinsame Sporttreiben bringt Momente körperlicher Nähe mit sich, für die es neben einem Bewusstsein um die besondere Intimität Regeln braucht. Als gemeinnütziger Sportverein nehmen wir unsere gesellschaftliche Verantwortung ernst und setzen ein Schutzkonzept gegen sexualisierte Gewalt um.

Hier einige Beispiele für den Kinder- & Jugendsport:

- **Sprache:** unsere Umgangssprache verzichtet auf sexistische, diskriminierende und gewalttätige Äußerungen.
- **Körperkontakt:** erfolgt nur mit ausdrücklicher Zustimmung und innerhalb angemessener Grenzen.
- **Hilfestellung:** Hilfestellungen durch Trainer*innen, die für die Sicherheit der Kinder bei einzelnen Übungen notwendig sind, werden vorher besprochen.
- **Verletzung:** Körperkontakt ist nur für die notwendige Dauer und den Zweck der Ersten Hilfe erlaubt.
- **Duschen:** Übungsleiter*innen, Trainer*innen und Betreuer*innen duschen grundsätzlich nicht zusammen mit Kindern und Jugendlichen.
- **Umkleiden:** Das gleichzeitige Umziehen mit Kindern und Jugendlichen ist für Übungsleiter*innen, Trainer*innen und Betreuer*innen nicht gestattet. Umkleiden werden erst nach vorherigem Anklopfen und Bemerkbar machen von Erwachsenen betreten. Jungen und Mädchen ziehen sich möglichst getrennt voneinander um. Stehen aufgrund der räumlichen Gegebenheiten zu wenige Umkleiden zur Verfügung, ziehen sich Mädchen und Jungen nacheinander um.
- **Trainingslager und Wettkämpfe:** zwei Übungsleiter*innen, vorzugsweise unterschiedlicher Geschlechter, begleiten die Gruppe. Wenn getrennte Unterbringungsmöglichkeiten vorhanden sind, übernachten Kinder und Jugendliche grundsätzlich getrennt von Betreuerinnen und Betreuern.
- **Offenes Ohr:** Übungsleiter*innen haben ein offenes Ohr für die Anliegen ihrer Sportler*innen.
- **Smartphones:** es werden keine Foto- oder Filmaufnahmen in Umkleiden und Duschen gemacht.
- **Soziale Medien:** es gibt keine private Kontaktaufnahme zwischen Übungsleiter*innen und Jugendlichen über soziale Medien, organisatorische Infos werden öffentlich geteilt.



Als externe Fachberatungsstelle steht euch das Team von Sag's e.V. zur Verfügung. Die Mitarbeiter*innen unterliegen der Schweigepflicht. Eine Kontaktaufnahme kann anonym erfolgen. Es werden keine Inhalte an die SGL weitergegeben.



Wir sind Mitglied im Qualitätsbündnis zum Schutz vor sexualisierter Gewalt im Sport. Wir arbeiten eng mit dem LSB NRW zusammen und planen gemeinsam mit den Referenten des LSB die Schulung unseres Teams.

Ansprechpartnerin: Iris Schubert

Tel.: 02173 - 96095 49

Mail: schubert@sglangenfeld.de

Mitgliedschaft

Die SGL-Mitgliedschaft umfasst in der Regel die Vereinsmitgliedschaft und die Mitgliedschaft in einer Abteilung.

Vereinsbeiträge

Erwachsene (regulär) 16 €/Monat

Pers. bis einschl. 25 Jahre, 13 €/Monat

Senioren ab 65 Jahre,
Menschen mit Behinderung (ab GdB 50),
Leistungsempfänger*innen
Ermäßigt

Familienmitgliedschaft 35 €/Monat

(möglich für Großeltern, Eltern,
Kinder & Enkelkinder einer Familie;
max. 2 Personen über 25 Jahre)

Bei Vereinseintritt wird einmalig eine
Aufnahmegebühr in doppelter Höhe des
Vereinsbeitrages fällig.

Zusatzbeiträge:

Beispiel:

Vereinsbeitrag	13 €
Zusatzbeitrag (z.B. Action Kids)	+ 2 €
monatlich	15 €

Weitere Infos findet ihr auf unserer Webseite.

Kontakt:

Da unsere Mitarbeiter*innen selbst aktiv in der Turnhalle stehen, ist das Büro vom Kinder- und Jugendsport in der Regel zu folgenden Uhrzeiten zu erreichen:

Montag	09.00 - 13.00 Uhr
Dienstag	09.00 - 13.00 Uhr
Mittwoch	10.00 - 15.00 Uhr
Donnerstag	09.00 - 15.00 Uhr
Freitag	09.00 - 12.00 Uhr

Sportgemeinschaft Langenfeld 92/72 e.V.

Langforter Str. 72
40764 Langenfeld
Tel.: 02173 - 960950
Mail: info@sglangenfeld.de
kindersport@sglangenfeld.de
Web: www.sglangenfeld.de



Jetzt beitreten: WhatsApp-Kanal des Kinder- & Jugendsports!

Erhaltet alle wichtigen Infos auf euer Handy – verpasst keine Termine wie Infos zu Wartelisten-Öffnungen & Anmeldetermine für Kurse oder Neuigkeiten zu Events.



facebook.com/sglangenfeld



Sportgemeinschaft L'feld SGL

Redaktionelle Irrtümer, Ergänzungen & Änderungen vorbehalten.

Fotos: LSB NRW/A. Bowinkelmann,
SG Langenfeld,
S. 24 Simon Kessler/Unsplash

Stand 03.2026

Kleiner Verbrauch - große Freude

Jetzt *swL-MiniPower* entdecken.



Unser neuer Stromtarif ***swL MiniPower*** ist perfekt für Haushalte mit geringem Strombedarf und passt genau zu Ihrem Alltag - ideal für kleine Haushalte und niedrige Verbräuche. Jetzt entdecken: www.stw-langenfeld.de/strom



Stadtwerke
Langenfeld

KundenZentrum KunZe
service@stw-langenfeld.de
02173 979-500