

# SPORTLICH DURCH DEN JULI

36 Angebote | 13 Solinger Sportvereine  
OHNE Anmeldung | KOSTENLOS

KOMM SEI DABEI:  
01.06. – 31.08.2026

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

## **SV Eintracht Fussball | 06.07. – 31.08. | 5 – 9 Jahre**

16:30 – 18 Uhr, Sportplatz Zietenstraße 27

---

## **SV Eintracht Fussball | 06.07. – 31.08. | ab 10 Jahre**

16:30 – 18 Uhr, Sportplatz Zietenstraße 27

---

## **MTV Hobby Horsing | 13.07. | ab 6 Jahre**

16:30 – 18 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

## **MTV Erlebnistanz | 06.07. – 31.08. | alle 2 Wochen**

**ab 55 Jahre** | 17 – 18 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

## **TSG Tennis lernen | 06.07. – 27.07. | ab 18 Jahre**

17 – 18 Uhr, TSG-Vereinsgelände, Dingshauser Str. 48

---

## **MTV Beachvolleyball | 06.07. + 13.07. | ab 15 Jahre**

17 – 18 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:



Unterstützt durch:



**SBW Yoga | 06.07. + 13.07. | ab 16 Jahre**

ab 18:00 Uhr, Parkanlage Birkenweiher

---

**SSB Dt. Sportabzeichen | 06.07. – 31.08. | ab 6 Jahre**

18 – 19:30 Uhr, Herbert-Schade-Sportanlage

---

**MTV Hula-Hoop | 06.07. – 31.08. | ab 14 Jahre**

18:15 – 19 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

**MTV Workout für alle | 20.07. – 10.08. | ab 6 Jahre**

19 – 20 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

**WMTV Zumba | 20.07. – 24.08. | ab 6 Jahre**

19 – 20 Uhr, Holzbank im Südpark

---

**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

**SSB Dt. Sportabzeichen | 07.07. – 25.08. | ab 6 Jahre**  
18 – 19:30 Uhr, Walder Stadion

---

**OTV Body Workout | 21.07. – 11.08. | ab 12 Jahre**  
19 – 20 Uhr, OTV Halle Wiese, Hubertusstr. 12

---

**MTV Roundnet | 07.07. – 25.08. | ab 14 Jahre**  
19 – 20 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---



**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

**OTV Nordic Walking | 01.07. – 26.08. | ab 60 Jahre**  
ab 09:30 Uhr, Ohligser Heide, Wanderparkplatz

---

**OTV Krafttraining | 22.07. – 12.08. | ab 6 Jahre**  
11 – 12 Uhr, OTV Halle Parkplatz, Hubertusstr. 12

---

**SBW Fit & Flex | 01.07. – 22.07. | ab 25 Jahre**  
13 – 14 Uhr, Freizeitpark Aufderhöhe

---

**SLC Bewegung im Alltag | 22.07. – 19.08. | ab 15 Jahre**  
17 – 18 Uhr, Südpark, Baumreihe hinter Güterhallen

---

**OTV Fitness-Mix | 22.07. – 12.08. | ab 6 Jahre**  
ab 17:30 Uhr, OTV Halle Wiese, Hubertusstr. 12

---

**SBW Flow & Motion | 01.07. | ab 12 Jahre**  
ab 18 Uhr, Bolzplatz (Von-Galen-Straße 44)

---

**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

**SBW Core & More | 01.07. – 22.07. | ab 20 Jahre**

18 – 19:30 Uhr, Freizeitpark Aufderhöhe

---

**TSG Pilates | 22.07. – 05.08. | ab 16 Jahre**

18:30 – 19:30 Uhr, TSG Vereinsgelände, Dingshauserstr. 48

---

**OTV Faustballtraining | 01.07. – 29.07. | ab 18 Jahre**

18:30 – 20:30 Uhr, Sportplatz MTV, Eifelstr. 88a

---



**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

**SBW Fit durch Bewegung | 02.07. – 06.08. | ab 60 Jahre**  
10 – 11 Uhr, Freizeitpark Aufderhöhe

---

**WMTV Funsportarten | 02.07. – 27.08. | ab 14 Jahre**  
18 – 19 Uhr, Jahnkampfbahn

---

**OTV Tabata | 22.07. – 12.08. | ab 6 Jahre**  
19 – 20 Uhr, OTV Halle Wiese, Hubertusstr. 12

---

**MTV Aero Dance | 23.07. – 13.08. | ab 14 Jahre**  
19 – 20:30 Uhr, Heinz-Peters-Platz, Eifelstr. 88a

---

**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch:

## **FREITAGS IM JULI**

**TSG Fit bleiben | 10.07. – 31.07. | ab 50 Jahre**

17:30 – 19 Uhr, TSG Vereinsgelände, Dingshauserstr. 48

---

**GTSV Pound Workout | 03.07. – 31.07. | ab 13 Jahre**

ab 19 Uhr, Wiese Kriegerdenkmal, Fauna

---

## **SAMSTAGS IM JULI**

**Paladins Flag Football | 04.07. – 29.08. | ab 6 Jahre**

10 – 12 Uhr, Kunstrasenplatz WMTV, Adolf-Clarenbachstr.

---

## **SONNTAGS IM JULI**

**OCC Gravelausfahrt | 05.07. – 30.08. | ab 18 Jahre**

ab 09 Uhr, Vor dem Solinger Hbf

---

**OCC Rennradausfahrt | 05.07. – 30.08. | ab 18 Jahre**

ab 09 Uhr, Vor dem Solinger Hbf

---

**SPORT IM PARK SOLINGEN: 01.06. – 31.08.2026**

Veranstaltet von:

Unterstützt durch: