



Freizeit und Sport

Programm Januar bis März 2026

Begegnung und Teilhabe



Lebenshilfe
Neumarkt e.V.

*Wir zeigen,
was möglich ist!*

Überblick

Datum	Veranstaltung
Donnerstag, 08. Januar 2026.....	Dart spielen im ASV Neumarkt
Samstag, 17. Januar 2026.....	Minigolf in der Halle
Montag, 19. Januar 2026.....	Aktiv-Treff
Dienstag, 20. Januar 2026.....	Trommelkurs für Kinder und Erwachsene
Freitag, 23. Januar 2026	Freitagstreff – Jahresrückblick mit Fotos
Dienstag, 27. Januar 2026.....	Trommelkurs für Kinder und Erwachsene
Freitag, 30. Januar 2026	Bowling-Abend
Dienstag, 03. Februar 2026.....	Trommelkurs für Kinder und Erwachsene
Donnerstag, 05. Februar 2026	Billard
Samstag, 07. Februar 2026.....	Bavaria Filmstudios
Dienstag, 10. Februar 2026.....	Trommelkurs für Kinder und Erwachsene
Freitag, 13. Februar 2026.....	Freitagstreff – Faschingsfeier
Samstag, 21. Februar 2026.....	Sportlerküche – einfach lecker und gesund
Montag, 23. Februar 2026.....	Schützenverein Röckersbühl
Freitag, 27. Februar 2026.....	Kart-Fahren in Nürnberg
Freitag, 27. Februar 2026.....	Bowling-Abend

Montag, 02. März 2026..... Schützenverein Röckersbühl

Samstag, 07. März 2026 Ein Herz für Vögel

Montag, 09. März 2026..... Schützenverein Röckersbühl

Donnerstag, 12. März 2026 Billard

Freitag, 13. März 2026 Ein Herz für Vögel

Freitag, 13. März 2026 Freitagstreff – Spieleabend

Montag, 16. März 2026..... Schützenverein Röckersbühl

Samstag, 21. März 2026 Bamberg

Montag, 23. März 2026..... Schützenverein Röckersbühl

Freitag, 27. März 2026 Bowling-Abend

Samstag, 28. März 2026 Sportlerküche vegetarisch – einfach, lecker
und gesund

Samstag, 25. April 2026..... ABBA

Montag, 04. Mai 2026..... Berlin – für politisch Interessierte
..... bis Donnerstag 07. Mai

Offener Treff

Mittwoch, 07. Januar 2026

Mittwoch, 04. Februar 2026

Mittwoch, 04. März 2026

Wohnberatung

Donnerstag, 29. Januar 2026

Freitag, 27. Februar 2026

Donnerstag, 26. März 2026

Dart spielen im ASV Neumarkt



Wir spielen Dart beim ASV Neumarkt. Dort lernen wir die Regeln und trainieren gemeinsam mit dem Verein. Wer danach weitermachen möchte wird Mitglied beim ASV.



Termin:

Donnerstag, 08. Januar 2026
von 18:00 bis 20:00 Uhr



Treffpunkt:

Parkplatz ASV Sportzentrum
Deiningner Weg 78 in Neumarkt



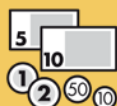
Informationen:

- Bitte saubere Schuhe mitnehmen.
- Im Dart-Raum des ASV gibt es Getränke zu kaufen.
- Sie können auch Trinken und Essen von zuhause mitnehmen.
- **Anmeldung bis 15. Dezember.**



Barrierefreiheit:

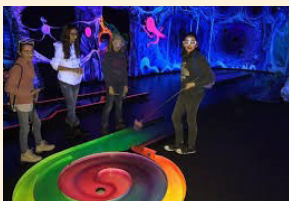
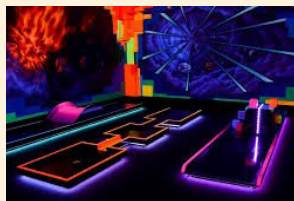
Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

15 Euro

Minigolf in der Halle



Wir fahren nach Nürnberg. Dort gehen wir in eine Minigolf-Halle. Die Halle wird mit Schwarzlicht beleuchtet. Nach dem Minigolf machen wir noch einen kleinen Stadtbummel durch die Innenstadt oder durch das Frankencenter.



Termin:

Samstag, 17. Januar 2026
von 09:30 bis 16:00 Uhr



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



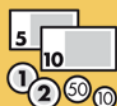
Informationen:

- Achtung; die Halle wird komplett mit Schwarzlicht beleuchtet
- Geld für den Stadtbummel mitnehmen
- **Anmeldung bis 17. Dezember.**



Barrierefreiheit:

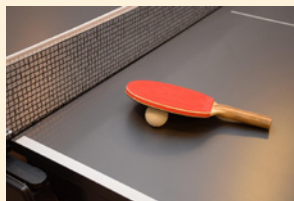
Barrierefrei



Kosten:

59 Euro

Aktiv-Treff



Wir fahren mit dem Bus ins G6. Dort spielen wir Tischtennis, Billard und Kicker. Jeder kann spielen was er mag. Wir verbringen eine schöne Zeit miteinander, bewegen uns und haben Spaß. Zwischendurch stärken wir uns mit einer kleinen Brotzeit.



Termin:

Montag, 19. Januar 2026
von 16:00 bis 17:30 Uhr



Treffpunkt:

JURA-Werkstätten Neumarkt und
Schule Höhenberg



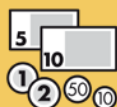
Informationen:

- Geld für Brotzeit mitbringen.
- Bequeme Kleidung anziehen.
- **Anmeldung bis 10. Januar.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

18 Euro

Trommelkurs für Kinder und Erwachsene



Wir trommeln gemeinsam auf unterschiedlichen Trommeln.
Wir probieren verschiedene Rhythmen aus und haben Spaß dabei.
Willkommen sind Alle, die gerne Musik machen.



Termine:

4x dienstags von 16:00 bis 17:30 Uhr
20. Januar | 27. Januar | 03. Februar | 10. Februar 2026



Treffpunkt:

Lebenshilfe Neumarkt, Lärher Weg 109
Mehrzweckraum E13



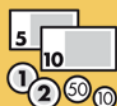
Informationen:

- Getränk mitbringen.
- Falls Sie eine Begleitung benötigen, sprechen Sie uns an.
- **Anmeldung bis 08. Januar.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

40 Euro

Freitagstreff



Termine:

- | | |
|-------------|---------------------------|
| 23. Januar | Jahresrückblick mit Fotos |
| 13. Februar | Faschingsfeier |
| 13. März | Spieleabend |



Treffpunkt:

Den Treffpunkt und die Uhrzeit geben wir rechtzeitig bekannt.



Informationen:

Jahresrückblick: Wir zeigen Bilder unserer Ausflüge aus dem Jahr 2025. Auch Eltern und Angehörige sind herzlich eingeladen.

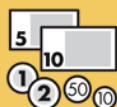
Faschingsfeier: Sie dürfen sich verkleiden. Wir singen, tanzen zu Faschingsliedern und machen lustige Spiele. Es gibt Getränke und ein kleines Buffet.

Spieleabend: Wir machen zusammen Brettspiele und Kartenspiele. Wir bestellen Pizza.



Barrierefreiheit:

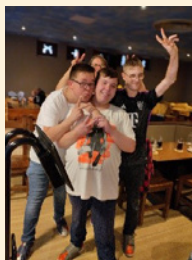
Barrierefrei



Kosten:

6 Euro pro Betreuungsstunde. Es können noch Kosten für Eintritt und Essen dazu kommen.

Bowling-Abend



Wir treffen uns einmal im Monat an einem Freitag und fahren nach Velburg ins Pirate Bowling Center.



Termin:

30. Januar | 27. Februar | 27. März 2026
von 16:45 bis 20:30 Uhr



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



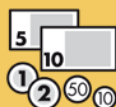
Informationen:

- Betreuungskosten, Bowlingschuhe und Bahngebühr sind im Preis enthalten.
- **Anmeldung bis 19. Januar.**



Barrierefreiheit:

Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

Ungefähr 25 Euro pro Termin

Billard



Wir gehen in den Billardclub „BC 93 Neumarkt“. Dort spielen wir gemeinsam Billard und lernen die Regeln des Spiels kennen.



Termin:

Donnerstag, 05. Februar | Donnerstag, 12. März 2026
von 16:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt:

JURA-Werksstätten, Lährer Weg 109 in Neumarkt



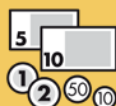
Informationen:

- Bitte saubere Schuhe mitnehmen.
- Billardstock und Kugeln können ausgeliehen werden.
- Brotzeit und Getränk können mitgebracht werden.
- Es gibt auch Getränke zu kaufen.
- **Anmeldung bis 15. Dezember.**



Barrierefreiheit:

Nicht barrierefrei



Kosten:

15 Euro pro Termin

Bavaria Filmstudios



Wir besuchen die bekannten Bavaria Filmstudios in München. Bei einer Führung sehen wir, wie große Filme und Serien entstehen. Wir können hinter die Kulissen schauen und selbst bei einer Filmaufnahme mitspielen. Wir werden uns auch ein 4D Kino anschauen. Nach unserer Führung gehen wir in München noch zum Essen.



Termin:

Samstag, 7. Februar 2026
von 08:00 bis 18:00 Uhr



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



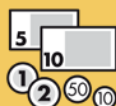
Informationen:

- Geld für Mittagessen mitnehmen
- **Anmeldung bis 19. Januar.**



Barrierefreiheit:

Der Ausflug ist barrierefrei



Kosten:

86 Euro

Sportlerküche – einfach lecker und gesund



Wer Sport treibt braucht auch gutes Essen. In diesem Kurs machen wir Burger mit Ofenkartoffeln und Salat. Das Rezept hat wenig Fett, viel Eiweiß (Protein) und ist leicht zu kochen. Es gibt auch eine leckere Nachspeise mit Obst. Am Schluss essen wir gemeinsam, was wir gekocht haben.



Termin:

Samstag, 21. Februar 2026
von 10:00 bis 14:00 Uhr



Treffpunkt:

Zweigwerkstätte der Lebenshilfe Neumarkt
Winnberger Weg 12



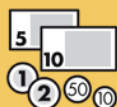
Informationen:

- Schürze und Gefäße zum Mitnehmen übriger Speisen mitbringen.
- **Anmeldung bis 02. Februar.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

38 Euro

Schützenverein Röckersbühl



Wir fahren zum Schützenverein Röckersbühl. Dort probieren wir zusammen mit den Schützen das Schießen aus. Vorher kehren wir in einer Gaststätte ein.



Termin:

5x montags von 17:45 bis 20:00 Uhr
23. Februar | 02. März | 09. März | 16. März | 23. März



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



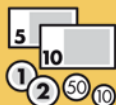
Informationen:

- Bitte saubere Schuhe mitnehmen.
- Geld für die Einkehr mitnehmen.
- **Anmeldung bis 09. Februar.**



Barrierefreiheit:

Nicht barrierefrei



Kosten:

12 Euro pro Termin

Kart-Fahren in Nürnberg



Wir fahren nach Nürnberg zum Go-Kart fahren. Dort lernen wir zuerst die Sicherheits-Regeln für das Fahren auf der Rennbahn. Wir leihen uns einen Helm und eine Sturmhaube aus. Dann fahren wir mit den Go-Karts. Wir kehren im Bistro ein und lassen es uns gut gehen.



Termin:

Freitag, 27. Februar
von 16:00 bis 20:00 Uhr



Treffpunkt:

JURA Werkstätten, Lährer Weg 109 in Neumarkt
und Schule am Höhenberg, Voggenthaler Str. 7



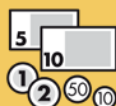
Informationen:

- Bequeme Kleidung anziehen.
- Es kann auch ein eigener Helm mitgebracht werden.
- Geld für die Einkehr mitnehmen.
- **Anmeldung bis 9. Februar.**



Barrierefreiheit:

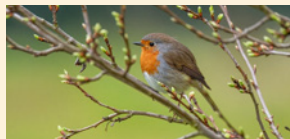
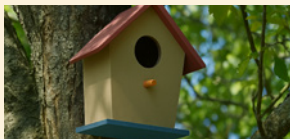
Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

65 Euro

Ein Herz für Vögel



Wir bauen Vogelhäuschen für heimische Vögel als Holz. Anschließend malen wir die Häuschen an und gestalten sie schön. Ein Experte erzählt Spannendes über Vögel. Am Ende nehmen Sie Ihr Vogelhaus mit nach Hause. Sie können es im Garten oder auf dem Balkon aufhängen. Der Kurs findet zusammen mit der Volkshochschule Neumarkt und der Arbeitsgemeinschaft OBA statt.



Termin und Treffpunkt:

Termin 1: Samstag, 07. März 2026 in Neumarkt
Schule am Höhenberg
von 10:00 bis 15:00 Uhr

Termin 2: Samstag, 13. März 2026 in Berching
Felsenschänke Holnstein
von 10:00 bis 15:00 Uhr



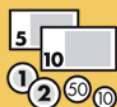
Informationen:

- Vor Ort gibt es Kleinigkeiten zum Essen und Trinken.
- Bitte Kleidung anziehen, die schmutzig werden darf.
- Wer keine Begleitung benötigt, kann sich direkt bei der Volkshochschule anmelden: vhs-neumarkt.de
- **Anmeldung bis 20. Februar.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

20 Euro Kursgebühr
30 Euro Betreuungskosten

Bamberg



Wir fahren nach Bamberg in Oberfranken. Die Stadt ist auch als Bierhauptstadt bekannt. Wir machen eine Stadtrundfahrt mit dem historischen „BambergBus“. Danach haben wir noch Zeit zum Mittagessen in einem fränkischen Lokal und für einen Spaziergang durch die Stadt.



Termin:

Samstag, 21. März 2026
von 09:00 bis 16:30 Uhr



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



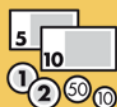
Informationen:

- Geld für den Stadtbummel und das Mittagessen mitnehmen
- **Anmeldung bis 23. Februar.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

71 Euro

Sportlerküche vegetarisch – einfach, lecker und gesund!



Wer Sport treibt, braucht auch gutes Essen. In diesem Kurs kochen wir vegetarisch. Das Rezept hat wenig Fett, viel Eiweiß (Protein) und ist leicht zu kochen. Es gibt auch eine leckere Nachspeise mit Obst. Am Schluss essen wir gemeinsam, was wir gekocht haben.



Termin:

Samstag, 28. März
von 16:00 bis 20:00 Uhr



Treffpunkt:

Zweigwerkstätte der Lebenshilfe Neumarkt
Winnberger Weg 12



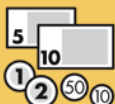
Informationen:

- Schürze und Gefäße zum Mitnehmen übriger Speisen mitbringen.
- **Anmeldung bis 09. März.**



Barrierefreiheit:

Barrierefrei



Kosten:

34 Euro

ABBA



Bei ABBAMANIA treten Sänger und Musiker auf die so aussehen wie die echten ABBA-Bandmitglieder. Sie singen die alten und bekannten ABBA Lieder. Es ist eine große Show mit viel Musik. Das Konzert findet in Regensburg statt.



Termin:

Samstag, 25. April 2026
von 17:00 bis 23:00 Uhr



Treffpunkt:

Badstraße 5 in Neumarkt



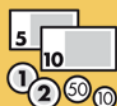
Informationen:

- Die Teilnehmerzahl ist begrenzt
- Die Eintrittskarte kostet 65 Euro und ist im Preis enthalten.
- **Verbindliche Anmeldung bis 19. Dezember 2025**



Barrierefreiheit:

Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

104 Euro

Berlin – für politisch Interessierte



Sie interessieren sich für Politik?

Dann kommen Sie mit uns nach Berlin! Die Bundestags-Abgeordnete Susanne Hierl lädt uns in unsere deutsche Hauptstadt ein.

- Wir besuchen den Bundestag und das Reichstagsgebäude.
- Wir schauen uns an, wie Politik gemacht wird.
- Vielleicht sprechen wir mit Politikern.
- Wir machen eine Stadtrundfahrt und eine Schifffahrt auf der Spree.



Termin:

Montag, 04. Mai 2026 bis Donnerstag, 07. Mai 2026

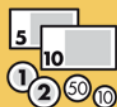
Bitte denken Sie an Ihre Urlaubsplanung in der Werkstatt.
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Verbindliche Anmeldung bis 26. Januar 2026.



Barrierefreiheit:

Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

312 Euro Betreuungskosten.

Fahrt- und Hotelkosten inkl. Halbpension werden vom Bundes-Presseamt übernommen.

Geld für Verpflegung und Getränke tagsüber, Eintritte und die Schiffsfahrt kommen noch hinzu.

Bitte denken Sie daran: Die Betreuungskosten können ab Pflegegrad 2 von der Pflegekasse übernommen werden



Wichtige Informationen zum Ablauf:

Wir fahren mit einem großen Reisebus. Wir müssen ungefähr 450 km fahren.

Es fahren auch andere Menschen aus Neumarkt und Umgebung mit. Wir sind die meiste Zeit mit der kompletten Reisegruppe unterwegs.

Wir wohnen in Doppelzimmern. Es gibt keine Einzelzimmer.

Wir bieten während der Reise Betreuung an. Pflege können wir leider nicht übernehmen. Es gibt keinen Nachtdienst, eine Begleitperson ist über ein Notfalltelefon erreichbar.

Wer Fragen hat kann uns gerne eine E-Mail schreiben oder anrufen. Nach der Anmeldung gibt es noch genauere Informationen von uns. Den genauen Ablauf erfahren wir zwei Wochen vor der Fahrt.

Offener Treff



Ein Stammtisch für Alle!

Jeden ersten Mittwoch im Monat findet ein offener Treff in verschiedenen Lokalen in Neumarkt statt. Dort können sich interessierte Menschen mit Behinderung in gemütlicher Runde treffen. Wir reden, lachen und tauschen uns aus.



Termine:

Mittwoch, 07. Januar ab 18:00 Uhr – „Deutscher Kaiser“

Mittwoch, 04. Februar ab 18:00 Uhr – „Bräustübl“

Mittwoch, 04. März ab 18:00 Uhr – „The Cattle Shed“



Treffpunkt:

Der offene Treff findet immer in verschiedenen Lokalen in Neumarkt statt.



Informationen:

Das Angebot richtet sich an interessierte erwachsene Menschen mit Behinderung.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Alle sind herzlich willkommen.



Barrierefreiheit:

Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

Bitte Geld für Getränke und Essen mitbringen.

Wohnberatung



Wohnen – wie ich es mir wünsche!

Alle Menschen möchten selbst entscheiden, wie sie wohnen. Sie haben hierbei unterschiedliche Vorstellungen. Die Wohnberatung unterstützt Sie, die passende Wohn- und Betreuungsform zu finden. Je nach Ihren Wünschen und Fähigkeiten.



Termin:

Donnerstag, 29. Januar von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Freitag, 27. Februar von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Donnerstag, 26. März von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr



Treffpunkt:

Kastengasse 28 in Neumarkt.



Informationen:

Das Angebot richtet sich an:

- Menschen mit Behinderung,
- Angehörige und Unterstützende,
- Gesetzliche Betreuungen und Vertretungen.

Anmeldung unter 0170 48 52 255 oder
wohnen@lebenshilfe-neumarkt.de



Barrierefreiheit:

Eingeschränkt barrierefrei



Kosten:

Kostenfrei

Notizen

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.
Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an!

Lebenshilfe Neumarkt e.V.

Begegnung und Teilhabe

Badstraße 5

92318 Neumarkt

Telefon 09181 27 33 400



teilhabe@lebenshilfe-neumarkt.de

www.lebenshilfe-neumarkt.de



Lebenshilfe
Neumarkt e.V.