



# Freizeit und Sport

Programm April bis Juni 2025

Begegnung und Teilhabe



**Lebenshilfe**  
Neumarkt e.V.

*Wir zeigen,  
was möglich ist!*

# Überblick

<b>Datum</b>	<b>Veranstaltung</b>
Freitag, 04. April 2025.....	Freitagstreff – „Mein Cafe“
Samstag, 05. April 2025.....	Frauen-Fußball-Tag in Fürth
Freitag, 25. April 2025.....	Bowling-Abend
Samstag, 26. April 2025.....	Tagesausflug nach Pottenstein
Sonntag, 27. April 2025 .....	Kräuterspaziergang am Buchberg
Mittwoch, 07. Mai 2025 .....	„Walking Football“ beim SV Stauf
Donnerstag, 08. Mai 2025.....	Bauch-Beine-Po Gymnastik
Freitag, 09. Mai 2025 .....	Freitagstreff – Kinoabend
Mittwoch, 14. Mai 2025 .....	„Walking Football“ beim SV Stauf
Donnerstag, 15. Mai 2025.....	Bauch-Beine-Po Gymnastik
Freitag, 16. Mai 2025 .....	Schöne Stunden auf dem Pferdehof
Samstag, 17. Mai 2025 .....	Tagesausflug nach Bodenmais
Mittwoch, 21. Mai 2025 .....	„Walking Football“ beim SV Stauf
Donnerstag, 22. Mai 2025.....	Bauch-Beine-Po Gymnastik

Freitag, 23. Mai 2025 .....Bowling-Abend

Freitag, 23. Mai 2025 .....Dart spielen im ASV Neumarkt

Mittwoch, 28. Mai 2025 .....„Walking Football“ beim SV Stauf

Donnerstag, 29. Mai bis Montag, 02. Juni 2025.....Urlaub am Gardasee

Sonntag, 01. Juni 2025.....Wanderung in der Hersbrucker Schweiz

Donnerstag, 05. Juni 2025.....Bauch-Beine-Po Gymnastik

Freitag, 06. Juni 2025.....Freitagstreff – Nachtwächterführung in Berching

Samstag, 14. Juni 2025 .....Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“

Freitag, 20. Juni 2025 .....Bowling-Abend

Samstag, 21. Juli 2025.....Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“

Samstag, 28. Juni 2025 .....Tierpark Hellabrunn

Samstag, 28. Juni 2025 .....Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“

Samstag, 05. Juli 2025.....Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“

Samstag, 12. Juli 2025.....Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“

## Freitagstreff



### Termine:

- 04. April 2025 G6 „Mein Cafe“
- 09. Mai 2025 Kinoabend mit Pizzaessen
- 06. Juni 2025 Nachtwächterführung in Berching



### Treffpunkt:

Den Treffpunkt und die Uhrzeit geben wir rechtzeitig bekannt



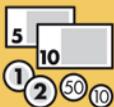
### Informationen:

Der Kinoabend findet in unserer Geschäftsstelle statt. Wir stellen zwei Filme zur Auswahl. Die Gruppe stimmt am Abend ab, welchen Film wir ansehen.



### Barrierefreiheit:

Barrierefrei



### Kosten:

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

## Frauen-Fußball-Tag in Fürth



Wir fahren zu einem Frauen-Fußball-Tag zum Fußballverein Greuther Fürth. Wir spielen in einer Halle mit Kunst-Rasen. Wir spielen nicht im Freien. Jede Frau ab 16 Jahren darf mitspielen. Auch Frauen, die Fußball ausprobieren wollen.



**Termin:**

Samstag, 05. April 2025  
von 8:00 bis 16:00 Uhr



**Treffpunkt:**

JURA-Werkstätten  
Lährer Weg 109 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 17. März anmelden



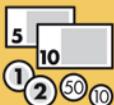
**Informationen:**

Sportbekleidung und Schuhe für die Halle mitnehmen.  
Getränke und Brotzeit mitnehmen.  
Gemeinsames Mittagessen gibt es im Stadion.



**Barrierefreiheit:**

Barrierefrei



**Kosten:**

51 Euro Betreuungskosten

## Bowling-Abend



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



**Termine:**

25. April 2025 | 23. Mai 2025 | 20. Juni 2025  
von 16:45 bis 20:30 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 07. April anmelden



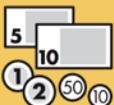
**Informationen:**

Im Preis enthalten sind:  
Betreuungskosten, Bowlingschuhe und Bahngebühr



**Barrierefreiheit:**

Eingeschränkt barrierefrei



**Kosten:**

Ungefähr 30 Euro pro Termin

## Tagesausflug nach Pottenstein



Wir fahren nach Pottenstein. Dort machen wir eine Führung durch die berühmte Teufelhöhle. Das ist eine Tropfsteinhöhle und die größte Höhle in der Fränkischen Schweiz. Im Anschluss gehen wir zum Mittagessen und verbringen noch etwas Zeit am Erlebnisfels. Dort genießen wir die tolle Aussicht oder fahren mit der Sommerrodelbahn.



**Termin:**

Samstag, 26. April 2025  
von 09:00 bis 17:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 31. März anmelden



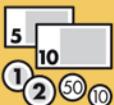
**Informationen:**

Die Führung dauert etwa 45 Minuten. Bitte Geld für die Einkehr mitnehmen. Geld für die Sommerrodelbahn mitnehmen (wer damit fahren möchte).



**Barrierefreiheit:**

Die Höhle ist gut ausgebaut und leicht begehbar. Wir müssen allerdings einige Stufen steigen.



**Kosten:**

58 Euro

## Kräuterspaziergang am Buchberg



Wir machen einen Spaziergang in der Natur. Das Motto ist: Alles voller Saft und Kraft im Wonnemonat Mai. Wir lernen verschiedene gesunde Wildkräuter kennen. Wildkräuter in Speisen und Getränken sind gut für das Wohlbefinden.



**Termin:**

Sonntag, 27. April 2025  
von 13:15 bis 16:30 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 27. März anmelden



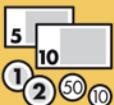
**Informationen:**

Lange Hose und festes Schuhwerk, Mückenspray.  
Behälter für Kräuter mitnehmen.  
Jeder bekommt ein Heft mit Rezepten.



**Barrierefreiheit:**

Teilweise barrierefrei



**Kosten:**

29 Euro Betreuungskosten  
12,50 Euro Kursgebühr

## Fußballspielen im Gehen „Walking Football“ beim SV Stauf



Wir spielen mit dem SV Stauf zusammen Fußball im Gehen.  
Wir treffen uns 4x zum Schnuppern und gemeinsamen Kennenlernen.  
Wer danach weiter Fußball spielen möchte, wird Mitglied beim SV Stauf.



### Termine:

Mittwoch 07. Mai | 14. Mai | 21. Mai | 28. Mai 2025  
von 17:30 bis 20:00 Uhr



### Treffpunkt:

JURA-Werkstätten  
Lährer Weg 109 in Neumarkt



### Anmeldung:

Bitte bis zum 16. April anmelden



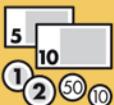
### Informationen:

T-Shirt und Sporthose anziehen.  
Fußballschuhe oder Sportschuhe mitbringen.



### Barrierefreiheit:

Nicht barrierefrei



### Kosten:

18 Euro pro Termin

## Bauch-Beine-Po Gymnastik



Der Kurs ist gut für die Beweglichkeit. Die Muskeln werden gedehnt und gestärkt. Wir tun etwas für unsere Kraft und Gesundheit.



### Termine:

08. Mai | 15. Mai | 22. Mai | 05. Juni 2025  
von 16:00 bis 17:00 Uhr



### Treffpunkt:

Turnhalle im Schulgebäude am Höhenberg  
Voggenthaler Straße 7 in Neumarkt



### Anmeldung:

Bitte bis zum 30. April anmelden.



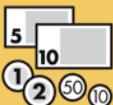
### Informationen:

Sportkleidung, Hallenschuhe und Getränk mitbringen.  
Hin- und Rückfahrt muss selbst organisiert werden.  
Wenn Sie eine Betreuung benötigen rufen Sie uns an.



### Barrierefreiheit:

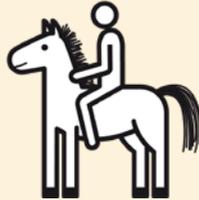
Barrierefrei



### Kosten:

Betreuungskosten bei Bedarf

## Schöne Stunden auf dem Pferdehof



Wir fahren zum Jurahof in Höfen bei Freystadt. Dort leben viele Pferde und Ponys in der Gruppe zusammen. Wir können ein Pferd streicheln, putzen und füttern. Wer möchte, darf auch reiten.



**Termin:**

Freitag, 16. Mai 2025  
von 14:00 bis 17:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Haupteingang der JURA-Werkstätten  
Lährer Weg 109 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 25. April anmelden.



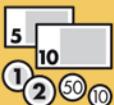
**Informationen:**

Lange Hose und feste Schuhe oder Stiefel anziehen.  
Trinken und Brotzeit mitnehmen. Wer möchte kann einen  
Apfel oder Karotte für das Pferd mitbringen.



**Barrierefreiheit:**

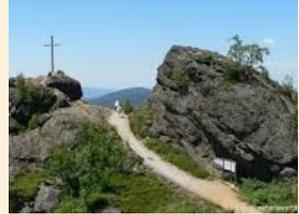
Teilweise barrierefrei



**Kosten:**

21 Euro Betreuungskosten  
12 Euro Kursgebühr

## Tagesausflug nach Bodenmais



Wir fahren ins Glasparadies nach Bodenmais. Dort wird Glas geblasen. So werden zum Beispiel Trinkgläser hergestellt. Wir machen eine Führung. Wer möchte, kann auch selbst eine Glaskugel blasen und mit nach Hause nehmen.

Am Nachmittag fahren wir mit der Bummelbahn durch Bodenmais. Oder wir fahren mit dem Lift auf den Silberberg. Und wir können einen Spaziergang machen oder das Bergwerk besichtigen.



**Termin:**

Samstag, 17. Mai 2025  
von 09:00 bis 18:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



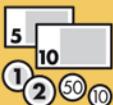
**Informationen:**

Bitte Geld für Einkehr und Tickets mitnehmen.  
Bitte bis zum 28. April anmelden.



**Barrierefreiheit:**

Barrierefrei



**Kosten:**

61 Euro

## 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:**

Freitag, 23. Mai 2025  
von 17:00 bis 19:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Parkplatz ASV Sportzentrum  
Deiningr Weg 78 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis zum 12. Mai anmelden



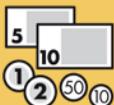
**Informationen:**

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



**Barrierefreiheit:**

Nicht barrierefrei



**Kosten:**

12 Euro

## Urlaub am Gardasee

Wir fahren nach Italien an den schönen Gardasee. Wir wohnen in einem Hotel. Tagsüber machen wir tolle Ausflüge oder verbringen erholsame Tage am Pool und am Strand.



Sie entscheiden selbst was Sie gerne sehen und erleben möchten. Es gibt viele Möglichkeiten. Zum Beispiel:

- Schifffahrt am Gardasee
- Gondelfahrt zum Monte Baldo
- Stadtbesichtigung in Verona
- Baden im See und im Pool
- Safaripark
- gemütliche Abende und leckeres italienisches Essen

Gerne können Sie auch selbst Vorschläge machen.

## Urlaub am Gardasee



### Termin:

Donnerstag, 29.05. bis Montag, 02.06.2025

Bitte denken Sie an Ihre Urlaubsplanung in der Werkstatt.



### Anmeldung:

Verbindliche Anmeldung bis zum 17. März 2025



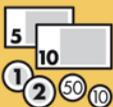
### Wichtige Informationen zum Ablauf:

Wir fahren mit Kleinbussen. Wir müssen ungefähr 570 km fahren. Unser Hotel liegt am Westufer des Gardasees. Wir wohnen in Doppelzimmern. Gegen Aufpreis können wir Ihnen ein Einzelzimmer buchen. Tagsüber machen wir Ausflüge oder verbringen die Zeit am See. Mittags besorgen wir uns eine Brotzeit und abends gehen wir zum Essen in ein Restaurant.

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

Wir empfehlen Ihnen eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen.

Wer Fragen hat kann uns gerne eine E-Mail schreiben oder anrufen. Nach der Anmeldung gibt es noch genauere Informationen von uns.



### Kosten:

Ungefähr 760 Euro

Das ist im Preis enthalten:

- Hin- und Rückfahrt
- Übernachtung mit Frühstück
- Betreuung

Geld für Ausflüge, Eintritte und Essen kommen noch hinzu. Wir haben wieder eine Spende bekommen, deshalb können wir die Reise günstiger anbieten. Wir hoffen noch auf weitere Spenden. Dann werden die Kosten vielleicht noch weniger.

## Wanderung in der Hersbrucker Schweiz



Wir wandern gemeinsam mit dem DAV Neumarkt von Kersbach zur Festung Rothenberg und weiter nach Glatzenstein. Dort haben wir einen tollen Ausblick ins Tal. Wir kehren in Weißenbach ein und wandern wieder zurück nach Kersbach.



**Termin:**

Samstag, 1. Juni 2025  
von 8:45 bis 15:45 Uhr



**Treffpunkt:**

JURA-Werkstätten  
Läher Weg 109 in Neumarkt



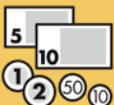
**Anmeldung:**

Bitte bis 03. zum Mai anmelden



**Bitte beachten:**

- Wir wandern ungefähr 10 km
- Die Wege gehen stark bergauf und bergab.
- Die Wege sind oft schmal, teilweise steinig und wurzelig.
- Wanderschuhe und gerne Wanderstöcke mitbringen
- Voraussetzung: Trittsicherheit und Ausdauer



**Kosten:**

45 Euro Betreuungskosten.  
Bitte Geld für die Einkehr mitbringen.

## Stockschießen beim SV Stauff



Wir fahren zum Stockschießen zum SV Stauff.  
Wir lernen die Regeln des Spiels kennen und trainieren gemeinsam mit den Stockschützen. Wir machen Brotzeit bei der Bahn oder kehren im Sportheim ein.



**Termine:**

Samstag, 07. Juni 2025  
von 15:30 bis 19:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis 17. zum Mai anmelden



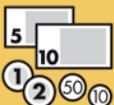
**Informationen:**

Das Angebot findet draußen statt.  
Der Witterung entsprechende Kleidung anziehen.  
Brotzeit oder Geld für Essen und Getränke mitbringen.



**Barrierefreiheit:**

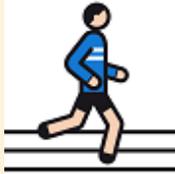
eingeschränkt barrierefrei



**Kosten:**

24 Euro

## Vorbereitung Firmenlauf beim „Parkrun“



Wir gehen oder laufen mit der Gruppe „Parkrun“ im LGS Park.  
Wir bereiten uns auf den Firmenlauf am 17. Juli 2025 vor.  
Das Angebot wird bis zum Firmenlauf von uns begleitet.  
Wer möchte darf gerne danach weiter bei parkrun mitmachen.



### Termine:

Samstags, 14. Juni | 21. Juni | 28. Juni | 05. Juli | 12. Juli  
2025 von 8:45 bis 10:45 Uhr



### Treffpunkt:

JURA-Werkstätten, Lährer Weg 109 in Neumarkt  
Wir fahren zusammen mit dem Bus zum LGS Park.



### Anmeldung:

Bitte bis zum 22. Mai anmelden.  
Bitte angeben, wenn Sie mit dem Bus mitfahren möchten.



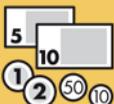
### Informationen:

Laufschuhe und Sportsachen anziehen.  
Getränk mitbringen!



### Barrierefreiheit:

eingeschränkt Barrierefrei



### Kosten:

9 Euro pro Teilnahme ohne Busfahrt  
15 Euro pro Teilnahme mit Busfahrt

## Tierpark Hellabrunn



Wir fahren nach München in den Tierpark Hellabrunn. Dort verbringen wir den ganzen Tag. Wir wollen einen langen Spaziergang machen, um alle Tiere sehen zu können. Bei vielen Tieren gibt es bestimmt auch schon Nachwuchs. In der Tiergarten-Gaststätte können wir Mittagessen oder ein Picknick machen. Wir machen zwischendurch immer wieder Pausen zum Ausruhen.



**Termin:**

Samstag, 28. Juni 2025  
von ca. 08:30 bis 19:00 Uhr



**Treffpunkt:**

Badstraße 5 in Neumarkt



**Anmeldung:**

Bitte bis 19. zum Mai anmelden



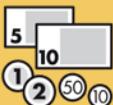
**Informationen:**

Bitte Geld für die Einkehr oder eigene Brotzeit mitnehmen. Bei sehr schlechtem Wetter wird der Ausflug abgesagt. Der Eintritt kostet 15 Euro. Wer eine Schwerbehinderung ab 90 Prozent hat, bezahlt keinen Eintritt.



**Barrierefreiheit:**

Barrierefrei



**Kosten:**

69 Euro.  
Geld für den Eintritt kommt noch dazu.

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](mailto:teilhabe@lebenshilfe-neumarkt.de)  
[www.lebenshilfe-neumarkt.de](http://www.lebenshilfe-neumarkt.de)

