

JUGEND-Ferienprogramm 2021

active . fit . healthy



Bade-Spaß-Mobil

Das **Bade-Spaß-Mobil** bringt euch (ab 4 Personen) während der Sommerferien (10.7. - 4.9.2021) **jeden Samstag** (nur bei Schönwetter) **zum Badensee Feldkirchen**.

Alter: 12 - 19 Jahre
Abfahrt: Parkplatz zum guten Gewissen
Kosten: 2 €/Person

Anmeldung: jew. freitags bis 12:00 Uhr im Gemeindeamt

Eine Initiative des Jugend-ausschusses Lichtenberg

Anmeldungen ab
Do, 24. Juni, 7:00 Uhr
möglich!

Jetzt gleich anmelden!

www.lichtenberg.ooe.gv.at

10 JUL
9:00 - 12:00 Uhr



Foto: Pixabay/Carsten Jünger

Fit mit dem Mountainbike



Unternehm mit deinem Bike eine Tour durch's Gelände! Jetzt hast du die Chance in der Gruppe, aber auch mit der richtigen Technik, eine Bikeausfahrt in Angriff zu nehmen. Das Techniktraining findet beim Bikepark statt.

Alter: 7 - 18 Jahre (aufgeteilte Gruppen)

Treffpunkt: Bikepark Lichtenberg (Alter Sportplatz)

Kosten: Keine

Veranstalter: SVL - Sektion Gymnastik/Outdoor

Hinweis: Eine **gesonderte Haftungsausschlussvereinbarung ist bis 5.7.2021 dem Gemeindeamt zu übermitteln! Helmpflicht!** Fahrradcheck wird empfohlen.

19. - 23. JUL



Foto: AdobeStock/s-motive

Tenniskurs

Dieser Kurs eignet sich sowohl als Schnupperlehrgang für Anfänger als auch zum Vertiefen der Kenntnisse für Fortgeschrittene!

Hinweis: Schläger werden bei Bedarf zur Verfügung gestellt. Sportbekleidung und Getränke mitnehmen!

Alter: 12 - 18 Jahre

Treffpunkt: Tennisplatz Lichtenberg

Kosten: 60 €/Teilnehmer

Veranstalter: SVL - Sektion Tennis

Anmeldung direkt unter www.sv-lichtenberg.at (bis spätestens 10. Juli)

23. + 30. JUL
18. + 20. AUG
jeweils 17:30 - 19:00 Uhr



Foto: Pixabay/Pexels

Sport for Fun

Du willst dich einmal ordentlich auspowern, deinen Körper in Form bringen und die Outdoor-Fitness-Geräte der Gemeinde Lichtenberg kennen lernen? Hier erwartet dich eine Mischung aus verschiedenen Übungen mit deinem eigenen Körpergewicht in Form eines Zirkeltrainings und angeleiteten Workouts.

Alter: ab 14 Jahre

Ort: Alter Sportplatz Lichtenberg

Kosten: 10 €/Teilnehmer u. Termin

Veranstalter: Volkswbildungswerk & Gesunde Gemeinde Lichtenberg
(Trainerin: Barbara Meyer-Blaschegg)

27 JUL
9:00 - 12:00 Uhr



Foto: AdobeStock/Drobot/Dean

Faszination Pferde

„Auf den Rücken der Pferde liegt das Glück dieser Erde“, so lautet zumindest der Leitspruch vieler Pferdeliebhaber. Iris Muhm zeigt euch, wie ihr ein Pferd richtig führt, sattelt und putzt. Außerdem habt ihr die Möglichkeit, eure ersten Reitversuche zu unternehmen.

Mitzubringen: Lange Hose, festes Schuhwerk und Getränk.

Alter: 8 - 15 Jahre

Treffpunkt: Pferdehof Asenbaum, Amberg 2, 4201 Gramastetten

Kosten: 8 €/Teilnehmer

Veranstalter: Relax on Horsebacks, Iris Muhm

30. - 31. JUL



Foto: Markus Manz

Padelkurs

Padel-Tennis ist eine Trendsportart, die eine Mischung aus Tennis und Squash darstellt. Versuche dich im Padel unter professioneller Anleitung!

Hinweis: Ersatztermin bei Schlechtwetter! Schläger werden bei Bedarf zur Verfügung gestellt. Sportbekleidung und Getränke mitnehmen!

Alter: 12 - 18 Jahre

Ort: Padelplatz der SV-Tennisanlage Lichtenberg

Kosten: 39 €/Teilnehmer (28 € für Padel-Saisonmitglieder)

Veranstalter: SVL - Sektion Tennis

Anmeldung direkt unter www.sv-lichtenberg.at (bis spätestens 16. Juli)

2. 6. AUG



Foto: Pixabay/jancycrave1

Kraulkurs (Schwimmtechnikkurs)

Bei diesen fünf Einheiten hast du die Möglichkeit, deine Schwimmtechnik zu perfektionieren und die Kraultechnik zu erlernen. Angefangen wird bei der richtigen Atemtechnik bis hin zur Arm- und Beincoordination. Mit ein paar Tricks und viel Spaß wird das Kraulschwimmen zum Kinderspiel.

Mitnehmen: Badekleidung, Badeschlappen, Schwimmbrille, Handtuch

Alter: bis 16 Jahre

Ort: Freibad Oberneukirchen

Kosten: 60 €/Teilnehmer (inkl. Eintritt)

Veranstalter: Swim4you, Marina Schwarz

12 AUG
1.: 9:30 - 11:00 Uhr
2.: 14:30 - 16:00 Uhr



AdobeStock/film kaehler

Segway-Tour

Wolltest du schon immer einmal mit einem Segway herumdüsen? Du liebst Abenteuer in der Natur? Dann sollst du die Gelegenheit nicht verpassen, gemeinsam mit einem Guide die Umgebung rund um Altenberg offroad sowie auf Straßen zu erkunden. (Ersatztermin bei Schlechtwetter: Do, 19.08.2021)

Alter: 14 - 18 Jahre (Körpergewicht: mind. 45 kg)

Ort: Parkplatz „Zum guten Gewissen“ (südl. Seelsorgezentrum)

Kosten: 35 €/Teilnehmer (inkl. Helm u. Versicherung)

Veranstalter: Gemeinde Lichtenberg/Crosstours

Anmeldung und Bezahlung bis spätestens 12. Juli im Gemeindeamt

14 AUG
15:00 - 18:00 Uhr



Foto: Pixabay/Peggy und Marco Lachmann-Anke

Siloplanenrutschen

Die Landjugend Lichtenberg lädt zum Siloplanenrutschen mit anschließender Grillerei ein. Für Essen und Getränke wird gesorgt.

Mitnehmen: Badekleidung, Handtuch und Sonnencreme!

Alter: ab 13 Jahre

Treffpunkt: Familie Hartl, Kaiserberg 8

Kosten: Keine

Veranstalter: Landjugend Lichtenberg

16. - 18. AUG
jeweils 10:00 - 11:30 Uhr



Foto: Privat

Open Water Kurs

Bei diesem Kurs kannst du deine Schwimmeigenschaften verbessern - egal ob als Hobbyschwimmer oder für eine Teilnahme am Triathlon. In drei Einheiten erhältst du die wesentlichen Grundlagen für's „Open Water“-Schwimmen.
Mitzunehmen: *Badekleidung, Badeschlappen, Schwimmbrille, Handtuch*

Alter: 12 - 18 Jahre

Treffpunkt: Feldkirchner Badesee 1, Restaurant Thalhammers,
Liegewiese (Badeseestraße 2)

Kosten: 50 €/Teilnehmer

Veranstalter: Swim4you, Marina Schwarz

23 AUG
14:00 - 17:00 Uhr



Foto: Ralf u. Walter Sport, Benjamin Obermeder

Hochseilgarten Kirchschatz

Kletterspaß und „Höhenrausch“ in den Baumwipfeln garantiert der Hochseilgarten am Breitenstein in Kirchschatz. Geh an deine persönliche Grenze und stärke dein Selbstbewusstsein - dies wird ein absolut unvergesslicher Nachmittag!

Alter: ab 10 Jahre (mind. Körpergröße 135 cm)

Treffpunkt: Parkplatz „Zum guten Gewissen“ (südl. Seelsorgezentrum)

Kosten: 15 €

Veranstalter: ÖVP Lichtenberg

Hinweis: Eine **gesonderte Haftungsausschlussvereinbarung ist bis 5.7.2021 dem Gemeindeamt zu übermitteln!**

26 AUG
14:00 - 18:00 Uhr



AdobeStock/seimentsova321

Kochworkshop & Come Together



BrainFitness - healthy Weight – ImmunStark - Schöne Haut. Ausgewogen essen stärkt und schützt dich in vielerlei Hinsicht! Wir tauschen uns aus über deine Lieblings Speisen und Snacks, kochen und genießen zum Abschluss gemeinsam.
Mitzunehmen: *Kochschürze & Haarband, Brett und Schneidemesser, Tupperbox (für Reste), leere Packungen deiner Lieblings Snacks und Speisen, Lieblingsrezepte*

Alter: 12 - 18 Jahre

Treffpunkt: Seelsorgezentrum Lichtenberg

Kosten: 20 €/Teilnehmer (inkl. Lebensmittel) - **bis 5.7. im Gemeindeamt zu entrichten!**

Veranstalter: Gesunde Gemeinde Lichtenberg

Infos zur Anmeldung?

Die Anmeldung hat - sofern bei den einzelnen Veranstaltungen nichts anderes angegeben - via Gemeindeforum unter www.lichtenberg.ooe.gv.at (Bürgerservice/Formulare/Ferienprogramm_Anmeldung) zu erfolgen. Hier findet ihr auch die **Haftungsausschlussvereinbarung für den „Kletterpark Kirchschatz“ und „Fit mit dem Mountainbike“** zum Download - diese sind **bis spätestens 5. Juli 2021 bis 12:00 Uhr beim Gemeindeamt einzureichen.**

Die Zuteilung eines Platzes erfolgt entsprechend der Reihenfolge der einlangenden Anmeldungen. Achtung: Anmeldungen, die vor dem 24. Juni 2021, 7:00 Uhr eintreffen, werden zum Schluss nachgereiht! Im Übrigen gelten dieselben „Spielregeln“ wie im Ferienprogramm - KINDER angeführt.