

Vorstand

Namen

1.Vorsitzende	Karin Berres
2.Vorsitzende	Dr. Eija Haßel
Kassenwartin	Susanne Schmitt
Sozial- und Sportwartin	Monika Schusters
Schriftführung	Edith Gottschling

Aufgaben und Schwerpunkte:

Der Seniorensport Düsseldorf - Oberkassel e.V. wurde im November 1979 gegründet.

Neben dem Angebot der breitgefächerten, altersgerechten Sport-Programme ist es auch eine Aufgabe unseres gemeinnützigen Vereins, soziale Kontakte zu ermöglichen und zu fördern.

Unsere fachlich qualifizierten Übungsleiter*innen berücksichtigen in ihren Kursen die Anforderungen der teilnehmenden Senioren auch durch Herz- und Kreislauftraining sowie Wirbelsäulen- und Rückengymnastik. Sie bilden sich in entsprechenden Seminaren ständig fort.

Unsere Übungsprogramme zielen darauf ab, die körperliche Fitness zu verbessern und zu stabilisieren und dabei die Freude an der Bewegung zu erhalten

Der Verein hat ca. 310 aktive Mitglieder

Die Übungsstätten befinden sich in Oberkassel, Niederkassel, Lörick und Heerdt

Eine kostenlose Schnupperstunde ist nach Rücksprache mit dem Vorstand möglich

Adressen der Sport-Übungsstätten

1 zentrum *plus* Oberkassel

Hier befindet sich auch die Geschäftsstelle

Gemünder Str. 5 40547 Düsseldorf-Oberkassel

2 St.Maria Hilfe der Christen

Löricker St. 37 40547 Düsseldorf-Lörick

Ü-Raum: Gymnastikraum Untergeschoss

3 Diakonie, zentrum *plus* Oberkassel, Pavillon

Oberkasseler Str. 53 40545 Düsseldorf-Oberkassel

Ü-Raum: im Pavillon hinter dem Torbogen rechts

4 Cecilien Gymnasium

Schorlemerstr. 99 40547 Düsseldorf-Niederkassel

Ü-Raum: Gymnastikhalle im Obergeschoss

5 St. Benediktus Pfarrzentrum

Baldurstraße 24 40549 Düsseldorf-Heerdt

Ü-Raum: Gemeindesaal

6 Stadtbad 'Rheinblick 741'

Pariser Str. 41 40549 Düsseldorf-Heerdt

Ü-Raum: Schwimmhalle Kursbecken

SENIORENSPORT

Düsseldorf – Oberkassel e.V.

gegründet 1979

BEWEGUNG



GEMEINSCHAFT

Veranstaltungsübersicht

Stand März 2026

Geschäftsstelle:
zentrum *plus* Oberkassel

Bürostunden:
dienstags 10:00 - 12:00 Uhr
Telefon: 0211-58 677 117

E-Mail:
seniorensport.d.oberkassel@gmail.com

0211-68 46 50 oder
0211-53 81 98 09