

# Weitere Aktivitäten in der Gemeinde Rheinfelden

**Fussball** für Mädchen und Buben ab 5 Jahren. Weitere Infos unter [www.fcrheinfelden.net](http://www.fcrheinfelden.net)

**Kidshockey**, jeweils samstags, 10 - 11:30 Uhr. Weitere Infos und Anmeldung unter [www.ehc-rheinfelden.ch](http://www.ehc-rheinfelden.ch)

## Kinder- und Jugendturnen Rheinfelden:

- ❖ Eltern-Kind-Turnen (3 bis 5 Jahre)
- ❖ Kinderturnen (1. + 2. Kindergarten)
- ❖ Jugendriege (1. bis 4. Klasse)

Informationen zu den Kursen, Daten und Kosten unter [www.dtv-rheinfelden.ch](http://www.dtv-rheinfelden.ch)

**Handballangebote** für Kinder ab 6 Jahren und **Basketballangebote** für Kinder ab 4 Jahren unter [www.tsvrheinfelden.ch](http://www.tsvrheinfelden.ch)

**Volleyball:** Angebote für Kinder ab 7 Jahren, mehr unter [www.vbc-rheinfelden.ch](http://www.vbc-rheinfelden.ch)

**Shotokan Karate:** Karate für alle ab 7 Jahren in der Turnhalle Schützen (direkt beim Bahnhof), J&S anerkannt und seit 30 Jahren erfolgreich in Rheinfelden. Trainingszeiten und weitere Informationen unter [www.karateclub-rheinfelden.ch](http://www.karateclub-rheinfelden.ch)

**Pontoniere Rheinfelden:** ab dem 10. Lebensjahr (auch Erwachsene sind willkommen)  
Sa., 30.04.2022, 14 - 18 Uhr: Schnuppertag beim Vereinshaus am Rheinweg (Anmeldung erwünscht)  
April - September: Rudern, Stacheln in Weidlingen und Booten auf dem Rhein, jeweils Montag & Mittwoch ab 18:30 Uhr  
Oktober - März: jeweils donnerstags ab 19:30 Uhr, Wintertraining in der Turnhalle  
Weitere Informationen unter [www.pfvr.ch](http://www.pfvr.ch)

**Tennisclub** Rheinfelden: verschiedene Angebote ab 5 Jahren. Weitere Infos unter: [www.tcrheinfelden.ch](http://www.tcrheinfelden.ch) und [www.thomettennisschool.ch](http://www.thomettennisschool.ch)

Angebote für **Karate und Kobudo** in Rheinfelden unter [www.Karate-Kobudo-Schweiz.ch](http://www.Karate-Kobudo-Schweiz.ch)

Der **Krocketclub** Rheinfelden fördert "Golfkrocket", eine schnellere Version des traditionellen Rasenkrokettspiels, das an einigen Abenden und an Wochenenden von April bis September gespielt wird. Krocket ist für Spieler ab 12 Jahren geeignet, und der Club bietet auf Anfrage Trainer- und Demonstrationsspiele an. Mehr Infos unter <https://sites.google.com/site/rheinfeldencroquet> oder über [ryan.scheidweiler@gmail.com](mailto:ryan.scheidweiler@gmail.com) (DE) oder [rebecca.baty@esper.co.uk](mailto:rebecca.baty@esper.co.uk) (EN)

Das **Tanz-Atelier Claudine Schroeder** in Rheinfelden bietet wöchentliche Tanzkurse für Kinder ab 4 Jahren, Teens und Erwachsene an in Jazzdance, Ballett, Hip-Hop, Street Dance, Commercial, Contemporary. Das Tanz-Atelier präsentiert jedes zweite Jahr eine grosse Tanzshow mit Tänzer\*innen aus dem eigenen Haus. Eine kostenlose Probestunde ist jederzeit möglich. Weitere Infos unter [www.tanzatelier-claudine.ch](http://www.tanzatelier-claudine.ch) oder direkt bei [claudine@tanzatelier-claudine.ch](mailto:claudine@tanzatelier-claudine.ch), +41 79 329 44 62

**Yoga** für Kinder und Jugendliche mit Linda Kaiser, jeweils donnerstags: Kids Yoga (für 6 bis 12jährige), 16.30 - 17.30 Uhr  
Teen Yoga (für 12 bis 16jährige), 17.45 - 18.45 Uhr.  
Kontakt für beide Kurse: **Alinga Yoga Studio**, Zollrain 7 in Rheinfelden: [info@alingayoga.ch](mailto:info@alingayoga.ch) oder Tel. +41 79 330 71 48

Der **Hoigümper** ist eine Purzelbaum-zertifizierte Spielgruppe und steht für Bewegung und Ernährung in der Spielgruppe. Verschiedene Gruppenangebote für Kinder zwischen 1 und 4 Jahren, Weiteres unter [www.spielgruppehoiguemper.ch](http://www.spielgruppehoiguemper.ch)

**Waldspielgruppe Bambi** für Kinder zwischen 2 ½ und 5 Jahren, jeweils am Montag und Donnerstag, 8:30-11:30 Uhr. Anmeldung über [karin.eugster@gmail.com](mailto:karin.eugster@gmail.com) oder +41 79 564 06 60.

**Marina Livitchi - Kreativer Raum für Kinder:** verschiedene Kurse rund um Musik und Bewegung für Kinder von 0 - 7 Jahren, z.B. Kreativer Tanz, frühmusikalische Erziehung. In den Ferien findet ein kreativer Mix mit Basteln, Tanzen und Znüni statt.  
Mehr Infos unter [www.marinalivitchi.ch](http://www.marinalivitchi.ch) oder per WhatsApp +41 79 226 11 51.

Die **Tanz- und Musicalschule Move in Arts** am Erlenweg 10 in Rheinfelden bietet für Kinder ab 4 Jahren und für Jugendliche die Tanzarten HipHop, Jazzdance, Ballett und Akrobatik an. Einmal jährlich wird das Erlernte in einem selber einstudierten Musical aufgeführt. In allen Altersklassen gibt es Showtanzgruppen, welche an nationalen und internationalen Wettkämpfen teilnehmen und sich in den vergangenen Jahren über viele Schweizermeistertitel freuen durften. Der Einstieg in die Tanzkurse ist jederzeit möglich. Weiteres unter [www.move-in-arts.ch](http://www.move-in-arts.ch) und Instagram: [move.in.arts](https://www.instagram.com/move.in.arts)

**Just Feel Good Studio** Rheinfelden: Vielfältiges Tanz- und GroupFitness Angebot für Kinder und Erwachsene wie auch ErnährungsCoaching, FitChallenges, Kosmetik- und Wellnessangebote in toller Wohlfühl-Atmosphäre. Probetraining/Erstgespräch kostenlos. Mehr unter [www.justfeelgood.ch](http://www.justfeelgood.ch)

## ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

### vitaswiss Volksgesundheit

- ❖ Atemgymnastik
- ❖ Funktionelle Gymnastik
- ❖ Yoga

Auskunft über Kurse, Daten und Kosten  
Sektion Rheinfelden: Heidi Lesiecki, Tel. 061 831 34 10 oder per Email: [heidi.lesiecki@pixelman.ch](mailto:heidi.lesiecki@pixelman.ch); [www.vitaswiss.ch](http://www.vitaswiss.ch)

### Damenturnverein Rheinfelden

Abwechslungsreiche Turnstunden für Frauen  
High impact Fitness, Low impact Fitness, leichte Gymnastik  
Montags ab 20.15 Uhr, Mittwochs ab 19.00 + 20.15 Uhr in der Turnhalle Robersten, 3 Probestunden gratis  
Auskunft über Kurse, Daten und Kosten:  
[www.dtv-rheinfelden.ch](http://www.dtv-rheinfelden.ch)

### Männerturnverein Rheinfelden

Fitness, Gymnastik, Unihockey, Faustball etc. für Männer jeden Alters. Turnhalle Robersten  
Freitag: 20.15 bis ca. 21.45 Uhr (ausser Schulferien) Auskunft:  
[www.mtvrfh.ch](http://www.mtvrfh.ch)

### Yoga im Stadtpark

Ein einzigartiges Erlebnis inmitten des Stadtparks von Juni bis August. Infos unter [www.yogaimstadtpark.ch](http://www.yogaimstadtpark.ch)

### Mawimba mit Marina

Tanz und Bewegung mit integriertem Beckenbodentraining für Schwangere, Mamis mit Baby und alle Tanzbegeisterten. Infos unter [www.marinalivitchi.ch](http://www.marinalivitchi.ch) oder Whatsapp +41 79 226 11 51

### Pro Senectute

Vielseitiges Angebot für Menschen ab 60 Jahren.  
Spazier-, Kurz- und Langwanderungen, Radsport-Touren, Mountainbike-Touren Fitness und Gymnastik (für Frauen/Männer/gemischt), Internationale Tänze (Tanzgruppe), Aqua-Fitness im Solebad, Gleichgewichtstraining  
Sturzprophylaxe,  
**Speziell: Anlass zum Tag des älteren Menschen Samstag 1. Oktober**

Anmeldung und Auskunft über Kursbeginn und Kosten der verschiedenen Angebote über Tel. 061 831 22 70 oder auf der website [www.ag.prosenectute.ch](http://www.ag.prosenectute.ch)

### Kurse Hotel EDEN im Park

Qi Gong im Garten Eden, Solebad mit Sauna und Dampfbad  
Fitnessraum, Achtsamkeitsgarten mit Heilkräuter und Kneipp-Pfad, Aquafitness (Anmeldung erforderlich), Klangschaalenbad (Anmeldung erforderlich), Massagen- und Kosmetikangebote  
Auskunft über Kurse, Daten und Kosten:  
Tel. 061 836 24 24 / [www.hoteleden.ch](http://www.hoteleden.ch)

### Gesundheitszentrum Fricktal (GZF)

Go for 5 GZF: Montag, den 9. Mai ab 17.00 Uhr  
5 km joggen, walken oder spazieren  
Start: 17.00-17.45 Uhr beim Schwesternhaus  
Strecke: 2,5 km direkt neben dem Spital im Wald  
Anmeldung ist nicht nötig. Infos: Felix Mangold  
Tel. 062 874 53 92 oder [felix.mangold@gzf.ch](mailto:felix.mangold@gzf.ch)

### Kurse Parkresort Rheinfelden

Aqua Fitness, Beckenboden-Gynastik, Autogenes Training (AT), Pilates, Faszien Pilates, Rücken-Gymnastik und Haltungsschulung, Core-Training-Rückenstabilisation, Tai Ji Chuan, Yoga, verschiedene Therapiegruppen  
Auskunft über Kurse, Daten und Kosten:  
Parkresort Rheinfelden Tel. 061 836 66 11  
[www.parkresort.ch](http://www.parkresort.ch) / [kurse@parkresort.ch](mailto:kurse@parkresort.ch)

### Kurse der Reha Rheinfelden

Aqua-Cycling, Aquafit, Atmung, Stimme und Person Baby- / Kleinkindschwimmen, Faszientraining, Feldenkrais-Methode, Fit 60+, Pilates, Qi Gong, Spiraling, TRX Training, Yoga  
Auskunft über Kurse, Daten und Kosten:  
Kurszentrum Reha Rheinfelden [kurszentrum@reha-rheinfelden.ch](mailto:kurszentrum@reha-rheinfelden.ch)  
Tel. 061 836 51 40 / [www.reha-rheinfelden.ch](http://www.reha-rheinfelden.ch)

### Rücken- oder Nackenschmerzen am Morgen?

#### Gratis Info-Abende

Marco Häusel führt Sie in zwei spannenden Stunden in seinem Geschäft, durch die unbekannte Welt des Liegens und Schlafens. Wann und wieso kommt es während dem Schlaf zu Verspannungen und Schmerzen.

Termine: 03.02 / 24.3 / 12.5 / 30.6 / 18.8 / 13.10 / 08.12.2022

Anmeldung erforderlich unter: 061 831 50 94

Mehr Infos unter: [www.ruggeweh-am-morge.ch](http://www.ruggeweh-am-morge.ch)

### Fitnessstudios in Rheinfelden

MEDICAL FITNESS RHEINFELDEN / Auskunft: 061 836 57 80  
[www.reha-rheinfelden.ch](http://www.reha-rheinfelden.ch)

PARKRESORT / Auskunft: 061 836 67 76  
[www.parkresort.ch](http://www.parkresort.ch)

DYNAMO SPORT + FREIZEITREFF  
Auskunft: 061 831 70 41 [www.dynamo-sport.ch](http://www.dynamo-sport.ch)

CITY ONE / Auskunft: 061 831 48 87 [www.cityone.ch](http://www.cityone.ch)

GENESIS GYM/ Auskunft: 061 833 01 01 [www.genesis-gym.ch](http://www.genesis-gym.ch)

LIFE SWISS HEALTH CLUB, 061 501 98 91  
[life-swiss-health-club.ch](http://life-swiss-health-club.ch)

Öffnungszeiten und Kosten auf Anfrage bei den Studios.

Unser Medienpartner

