



**SPORTGEMEINSCHAFT
ZONS 1971 e.V.**



Walking Football – Fußball im Gehen!

Wir wagen etwas ganz Neues in der SG ZONS!

Seid ihr mit dabei?

Der Sport für alle, die Fußball lieben, aber es etwas langsamer angehen möchten.

Was ist Walking Football?

Walking Football ist eine altersgerechte und gesundheitsfördernde Variante des klassischen Fußballs. Die Regeln sind einfach: **Laufen ist untersagt**. Ein Fuß muss immer den Boden berühren. Es gibt keinen harten Körperkontakt und der Ball wird flach gespielt.

- **Gelenkschonend:** Minimale Belastung für Knie und Hüfte
- **Herz-Kreislauf:** Perfekt um fit zu bleiben, ohne sich zu überfordern
- **Teamgeist:** Erlebe die Atmosphäre und den Spaß am Spiel
- **Sicherheit:** Deutlich reduziertes Verletzungsrisiko

Wer kann spielen?

Walking Football ist ein Sport für **jeden**. Egal ob ehemaliger Profi, Hobbyspieler oder kompletter Neuling – bei uns steht der Spaß im Vordergrund. Alter: ab 16 Jahre.

Unser Training!

Komm einfach vorbei und probiere es aus! Ein Probetraining ist jederzeit möglich.

- **Wann:** Jeden Dienstag, ab 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
- **Wo:** Dreifachhalle Zons, Wilhelm-Busch-Straße 67, 41541 Dormagen-Zons
- **Mitzubringen:** Sportkleidung, Hallenschuhe, gute Laune und etwas zu trinken.

Kontakt & Infos

Hast du Fragen? Melde dich gerne bei uns!

Ansprechpartner: Heiko Niepmann, **E-Mail:** bobbele98@web.de

oder

Ansprechpartner: Klaus-Peter Hofstadt, **E-Mail:** k.p.hofstadt@gmx.de

Start: 13.01.2026