



TrendSport

TrendSport Mülheim

Kurse und Events 2024





TrendSport Mülheim

Wir setzen uns für euch ein:

- 1 Organisation von Kursen und Workshops
- 2 Veranstaltungen und Wettbewerbe zur Unterstützung der jeweiligen Szene
- 3 Bau fester und temporärer Sportanlagen
- 4 Umpfangreiche Jugendbeteiligung





TrendSport Kurse

Vom Skateboardfahren, über Fitnessangebote, bis hin zum Skimboarden: Für alle ist etwas dabei!

Unser Kursangebot umfasst viele verschiedene Sportarten. Zusammen mit unseren Übungsleiter*innen kannst du neue Sportarten ausprobieren oder deine Skills verbessern. Gleichzeitig sind wir ständig auf der Suche nach neuen Kursangeboten. Wenn du also eine Sportart in unserem Kursangebot vermisst, kannst du uns gerne einen Hinweis dazu geben.

Das komplette Kurs- und
Veranstaltungsprogramm für
2024 findest du ab Seite 8.

TrendSport Events

Jedes Jahr organisieren wir verschiedene Sportevents. Dabei geht es uns um die aktive Beteiligung von jungen Menschen aus Mülheim an der Ruhr. Deine Meinung ist uns sehr wichtig, denn nur durch eine enge Anbindung an die Sportszenen können wir die Sportevents an die Vorstellungen und Erwartungen der Jugend anpassen.

Ein mittlerweile fester Bestandteil unseres Sportangebots sind die Sportwochen in den Ferien. Hier kannst du dich mit deinen Freunden in Workshops im Longboarden, Parkour, American Football, Kanupolo und vielem mehr austoben. In diesem Jahr fahren wir im Rahmen unserer Sportfreizeit zudem in die Niederlande, wo unzählige Aktivitäten und unvergessliche Erinnerungen warten.

Zu unseren jährlichen Event-Highlights zählen das Roundnet Rumble Ruhr in der Sportart Roundnet/ Spikeball, ein Mixed-Beachvolleyballturnier im Sportpark Styrum sowie die Skate Jam auf der Skate- und BMX-Anlage an der Südstraße.



TrendSport Orte

Sportarten wie Skateboardfahren, Calisthenics und Parkour brauchen ihren Platz in Mülheim an der Ruhr. Ein geeigneter Ort ist die Grundvoraussetzung für die Förderung der verschiedenen Sportarten. Das wollen wir durch den Bau von Sportorten im Programm TrendSport erreichen.

In den vergangenen Jahren konnten bereits viele Erfolge verzeichnet werden, sodass in Mülheim an der Ruhr u.a. das Outdoor gym Kahlenberg, die Skate- und BMX-Anlage an der Südstraße, ein Klettersteig an der Vorlandbrücke sowie, das bislang größte Bauprojekt, der Sportpark Styrum umgesetzt wurden. Alle bestehenden Sportorte werden sehr gut angenommen, und von Menschen unterschiedlichen Alters genutzt.

Weitere Sportorte, die sich aktuell im Genehmigungs- und Bauprozess befinden, sind das Outdoor gym an der Sportanlage Wenderfeld, eine MTB-Strecke im Broicher Wald, die Pumptrack- und Skateanlage Saarn sowie ein Radmotorikpark auf der Hügelstraße.

**SPORT—
—PARK
STYRUM**

SPIELEN. BEWEGEN. TRAINIEREN.





Freizeitsportorte finden

Alle frei zugänglichen Sportorte, wie Bolzplätze, Skateanlagen, Basketballkörbe, Parkourmöglichkeiten und viele mehr findest du - mit Foto, Adresse und Zustandsbeschreibung - unter dem abgebildeten QR-Code oder folgendem Link:

<https://geo.muelheim-ruhr.de/sportorte>



Sportgeräteverleih

Unser Verleihsystem umfasst eine Vielzahl an Spiel- und Sportgeräten vom BMX-Rad bis zum Longboard. Die Geräte können von Vereinen, Schulen, Kitas und gemeinnützigen Einrichtungen kostenfrei ausgeliehen werden.

Eine Übersicht über den kompletten Sportgeräteverleih findest du unter:

trendsport.muelheim-ruhr.de





Offene Angebote und Kurse



Anmeldung über

<https://partner.venuzle.de/muelheimer-sportservice/courses/>

Weitere Informationen über

trendsport.muelheim-ruhr.de

Christina.Amedick@muelheim-ruhr.de, T 0176 43498992

Tom.Grieseler@muelheim-ruhr.de, T 0178 5123911

Ballsport

Midnight Sports

Offener Sporttreff für Basketball und Fußball in Styrum

Wann: jeden Freitag, 20:00 bis 24:00 Uhr

Wo: Sporthalle Von-der-Tann-Straße
(Von-der-Tann-Straße 10)

Alter: ab 14 Jahre

Kosten: kostenlos

Veranstalter: TrendSport, Sportjugend Mülheim

Mädels-Fußballtreff

Wann: jeden Freitag, 16:30 bis 18:00 Uhr

Wo: Sportpark Styrum - Tengelman Arena
(Augustastrasse 118)

Alter: ab 8 Jahre

Kosten: kostenlos



Jungen-Fußballtreff

- Wann: jeden Dienstag, 16:00 bis 17:30 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Tengelman Arena
(Augustastraße 118)
Alter: ab 8 Jahre
Kosten: kostenlos

Basketballtreff

- Wann: ab dem 16. Mai jeden Donnerstag,
16:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Streetball Court
(Augustastraße 118)
Alter: ab 8 Jahre
Kosten: kostenlos

Kleine Spiele - große Freude

In 10 Kurseinheiten werden die Kids spielerisch an die großen Sportspiele herangeführt.

- Wann: 04. Mai bis 20. Juli 2024
jeden Samstag, 11:00 bis 12:30 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Tengelman Arena
(Augustastraße 118)
Alter: 8 bis 11 Jahre
Kosten: 30 €



In den Oster- und Herbstferien findet jeweils ein American Footballcamp statt. Weitere Infos auf S. 19 und S. 21.

Beachvolleyball: Beginner

In 10 Kurseinheiten erlernst du die Grundtechniken des Beachvolleyballs und verbesserst deine Ballkontrolle.

Wann: 02. Mai bis 18. Juli 2024
jeden Donnerstag, 18:00 bis 19:30 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Beachvolleyball-Anlage
(Augustastraße 118)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 30 €
Hinweis: Ein Folgekurs ist angedacht.

Beachvolleyball: Advanced

In 15 Kurseinheiten arbeiten wir daran deinen Spielaufbau und dein Angriffsspiel facettenreicher zu gestalten.

Wann: 29. April bis 12. August 2024
jeden Montag, 18:00 bis 19:30 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Beachvolleyball-Anlage
(Augustastraße 118)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 50 €
Hinweis: Ein Folgekurs (über 10 Einheiten) ist angedacht.

Fitness

Armrestling- und Fitnesstreff

Wann: jeden Dienstag, 15:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Fitnessfläche
(Augustastr. 118)
Alter: ab 14 Jahre
Kosten: kostenlos

Fitness- und Calisthenicstreff

Wann: jeden Montag, 17:30 bis 19:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Calisthenics-Gerüst
(Augustastr. 118)
Alter: ab 14 Jahre
Kosten: kostenlos

Full Body Fitness I

Durch ganzheitliche und funktionelle Übungen, gepaart mit Elementen aus dem Koordinations- und Cardio-training, wirst du in 10 Kurseinheiten fit gemacht.

Wann: 20. März bis 29. Mai 2024
jeden Mittwoch, 18:30 bis 19:30 Uhr
Wo: Outdoor-Fitnessanlage am Kahlenberg
(Jahnstraße 6)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 75 €





Fitness Mix

Fitness-Mix - der Name ist Programm, denn im Kurs erwarten dich abwechslungsreiche Übungen, die Spaß machen und effektiv deinen gesamten Körper kräftigen.

Wann: 07. Mai bis 09. Juli 2024
jeden Dienstag, 18:00 bis 19:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Fitnessfläche
(Augustastraße 118)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 75 €
Hinweis: Ein Folgekurs ist angedacht.

Pilateskurs

In unserem Pilateskurs werden durch gezielte Übungen vor allem die tiefliegenden und meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen.

Wann: 05. Mai bis 07. Juli 2024
Wo: jeden Sonntag, 11:30 bis 12:30 Uhr
Sportpark Styrum - Fitnessfläche
(Augustastrasse 118)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 75 €
Hinweis: Ein Folgekurs ist angedacht.





Full Body Fitness II

Wann: 12. Juni bis 14. August 2024
jeden Mittwoch, 18:30 bis 19:30 Uhr
Wo: Outdoor-Fitnessanlage am Kahlenberg
(Jahnstraße 6)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 75 €

Rollsport

Rookies Day

Unter Aufsicht eines erfahrenen Übungsleiters können Anfänger*innen die Sportarten Skateboarden und BMX ausprobieren. Kostenloses Leihmaterial steht zur Verfügung.

Wann: vom 22.04. bis zum 09.09.2024
jeden Montag, 16:30 bis 19:30 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Kämpchenstraße)
Alter: ab 8 Jahre
Kosten: kostenlos



Girls Skatecamp

Im Kurs erlernst du die Basics des Skateboardfahrens. Erste Tricks werden ausprobiert und verschiedene Hindernisse gemeistert.

Wann: 27. und 28. April 2024
jeweils 10:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter: 10 bis 15 Jahre
Kosten: 30 €
Hinweis: Verpflegung inklusive, Ausrüstung kann auf Anfrage gestellt werden

Skatekurs I

Wann: 25. und 26. Mai 2024
jeweils 10:00 bis 12:00 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter: 8 bis 13 Jahre
Kosten: 15 €
Hinweis: Ausrüstung kann auf Anfrage gestellt werden

Scooter Day

Wann: 05. August 2024, 10:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter: 11 bis 16 Jahre
Kosten: 15 €
Hinweis: Wir verleihen keine Scooter, stellen bei Bedarf aber Schutzausrüstung.



Longboard Workshoptag

Der Longboard Workshoptag umfasst einen Einstiegs- und einen Fortgeschritten- sowie einen Longboard-Danceworkshop. Letzterer richtet sich an erfahrene Fahrer*innen.

Wann: Samstag, 03. August 2024,
Wo: Hochschule Ruhr West
Campus Mülheim
(Duisburger Straße 100)
Alter: ab 12 bzw. 18 Jahre
Veranstalter: TrendSport, Longboardinitiative Ruhrgebiet

Skatecamp

Für alle, die bereits auf dem Brett unterwegs sind oder das Skaten erlernen möchten.

Wann: 10. und 11. August 2024
jeweils 10:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter: 9 bis 14 Jahre
Kosten: 30 €
Hinweis: Verpflegung inklusive; Ausrüstung kann auf Anfrage gestellt werden



Skatekurs II

Wann:	07. und 08. September 2024 jeweils 10:00 bis 12:00 Uhr
Wo:	Skate- und BMX-Anlage Südstraße (Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter:	8 bis 13 Jahre
Kosten:	15 €

RadSPORT

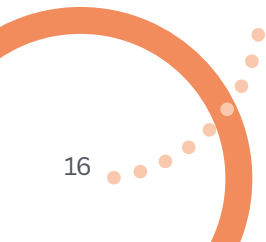
Offener Kunstradkurs

Wann:	Mittwoch, 01. Mai 2024 10:00 bis 12:00 Uhr
Wo:	Turnhalle Húgelstraße (Húgelstraße 40)
Alter:	ab 7 Jahre
Kosten:	kostenlos
Hinweis:	Ohne Anmeldung, einfach mitmachen
Veranstalter:	Rad Club SturmVogel 1898 e.V.

BMX Kurs

Im Kurs wirst du spielerisch an die Sportart herangeführt und lernst die verschiedenen Hindernisse zu befahren.

Wann:	22. und 23. Juni jeweils 10:00 bis 13:00 Uhr
Wo:	Skate- und BMX-Anlage Südstraße (Südstraße/Ecke Kápchenstraße)
Alter:	10 bis 14 Jahre
Kosten:	15 €





Fahrradrallye für Kids

- Wann: Donnerstag, 15. August 2024
10:00 bis 15:00 Uhr
- Wo: Mülheim Wasserbahnhof (Schleuseninsel),
über Saarn, bis nach Kettwig und zurück
- Alter: 7 bis 14 Jahre
- Kosten: 10 €
- Hinweis: Helmpflicht
- Veranstalter: TrendSport, Rad Club Sturmvogel 1898 e.V.

Einrad-/Kunstradkurs

- Wann: Montag, 19. August 2024
10:00 bis 14:00 Uhr
- Wo: Turnhalle Hügelstraße
(Hügelstraße 40)
- Alter: 7 bis 14 Jahre
- Kosten: 10 €
- Hinweis: Räder werden gestellt
- Veranstalter: TrendSport, Rad Club Sturmvogel 1898 e.V.



Wassersport

Skimboard Kurs I

Wann: 22. und 23. Juni 2024
jeweils 10:00 bis 13:00 Uhr
Wo: Naturbad Styrum
(Friesenstraße 101)
Alter: 11 bis 14 Jahre
Hinweis: 30 €
Veranstalter: TrendSport, Skimhomies

Skimboard Kurs II

Wann: 17. und 18. August 2024
jeweils 10:00 bis 13:00 Uhr
Wo: Naturbad Styrum
(Friesenstraße 101)
Alter: 11 bis 14 Jahre
Kosten: 30 €
Veranstalter: TrendSport, Skimhomies

Weitere Schnupperangebote im Skimboarden werden beim "Tag des Sports" und bei "Voll die Ruhr" angeboten. Infos auf S. 24.

Ferienangebote

Während der Schulferien bieten wir, in Kooperation mit Vereinen, eine Reihe von attraktiven Angeboten wie Sportwochen, Sportfreizeiten und American Footballcamps an, die nicht nur den Kindern, sondern auch den Eltern zugutekommen. So wissen Eltern ihre Kinder in einem sicheren und betreuten Umfeld und haben selbst Zeit für Arbeit oder persönliche Angelegenheiten. Gleichzeitig können die Kinder ihre sportlichen Fähigkeiten verbessern, neue Freundschaften schließen und wertvolle Erfahrungen sammeln.

Osterferien

Sportwoche Heißen

Wann: 25. bis 28. März 2024, jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sporthalle Kleiststraße
Alter: 11 bis 14 Jahre
Kosten: 75 €
Hinweis: Verpflegung inklusive

Sportwoche Styrum

Wann: 02. bis 05. April 2024, jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum
Alter: 11 bis 14 Jahre
Kosten: 75 €
Hinweis: Verpflegung inklusive

American Footballcamp

Wann: 02. bis 05. April 2024, jeweils 10:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sportanlage an der Südstraße
Alter: 8 bis 12 Jahre
Kosten: 60 €
Hinweis: Verpflegung inklusive
Veranstalter: TrendSport, AFC Mülheim Shamrocks e.V.



Sommerferien

Sportwoche Innenstadt

Wann:	22. bis 26. Juli 2024, jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
Wo:	Sportanlage an der Südstraße
Alter:	11 bis 14 Jahre
Kosten:	75 €
Hinweis:	Verpflegung inklusive

Sportwoche Styrum

Wann:	05. bis 09. August 2024, jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
Wo:	Sportpark Styrum
Alter:	11 bis 14 Jahre
Kosten:	75 €
Hinweis:	Verpflegung inklusive

Sportfreizeit in den Niederlanden

Wann:	12. bis 16. August 2024
Wo:	Summercamp Heino, NL
Alter:	12 bis 15 Jahre
Kosten:	300 €
Hinweis:	Transfer, Übernachtung und Verpflegung inklusive
Veranstalter:	TrendSport und Amt für Kinder, Jugend, Schule und Integration



Herbstferien

American Footballcamp

- Wann: 14. bis 18. Oktober 2024, jeweils 10:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sportanlage an der Südstraße
Alter: 12 bis 16 Jahre
Kosten: 60 €
Hinweis: Verpflegung inklusive
Veranstalter: TrendSport, AFC Mülheim Shamrocks e.V.

Sportwoche Styrum

- Wann: 21. bis 25. Oktober 2024, jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum
Alter: 11 bis 14 Jahre
Kosten: 75 €
Hinweis: Verpflegung inklusive

Sonstige Angebote

Sporthelfer*innen-Ausbildung

- Wann: 16.09. bis 17.10. (GH I) / 18.09. bis 24.10. (GH II),
jeweils 09:00 bis 16:00 Uhr
- Wo: Sporthalle Holzstraße
(Holzstraße 78)
- Hinweis: Anmeldung über meinsportnetz.nrw

Kooperation mit der HRW

Auch in diesem Jahr organisieren wir verschiedene Sportangebote für den Hochschulsport der Hochschule Ruhr West. Falls du vor Ort studierst oder beschäftigt bist, kannst du dich für den Fitnesskurs, einen der Fußballtreffs, den Beachvolleyballkurs oder den Drachenbootsportkurs anmelden. Die Anmeldung erfolgt über den Hochschulsport der HRW.

Wir suchen dich!

Du hast Lust dich im Jugendprogramm TrendSport zu engagieren?
Dann melde dich bei uns!

Wir sind ständig auf der Suche nach motivierten und verantwortungsbewussten Übungsleitungen, u.a. für die Bereiche BMX, Longboard, Parkour, Roundnet oder Scooter. Außerdem suchen wir sportbegeisterte Allraouder*innen für die Begleitung unserer Sportwochen, die Betreuung von Kindergeburtstagen oder die Aufsicht im Sportpark Styrum.



TrendSport Events

Veranstaltungen und Wettkämpfe

Midnight Sports Basketballturnier

Wann: Samstag, 23. März, 13:00 bis 19:00 Uhr
Wo: Sporthalle Von-der-Tann-Straße
(Von-der-Tann-Straße 10)
Alter: ab 14 Jahre
Kosten: kostenlos
Veranstalter: TrendSport, Sportjugend Mülheim

Season Opening Skatepark Südstraße

Wann: Samstag, 20.04.2024, 14:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Skate- und BMX-Anlage Südstraße
(Südstraße/Ecke Käpchenstraße)
Kosten: kostenlos
Hinweis: keine Anmeldung erforderlich;
egal ob Skateboard, BMX oder Scooter -
alle sind herzlich willkommen

Season Opening im Sportpark Styrum

Wann: Samstag, 27.04.2024, 13:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum
(Augustastr. 118)
Kosten: kostenlos
Hinweis: kostenlose Schnupperangebote und Mit-
machaktionen für verschiedene Sport-
arten wie z.B. Fitness, Fußball, Boule,
Beachvolleyball, Parkour etc.





Tag des Sports

- Wann: Sonntag, 05.05.2024, 12:00 bis 17:00 Uhr
Wo: Mülheimer Innenstadt
(Rathausmarkt, Schlossstraße und
Hafenbecken)
Hinweis: Sportliches Mitmachprogramm,
Vorführungen und Infos
Veranstalter: MST, MMS

Jugendfestspiele: Voll die Ruhr

- Wann: Samstag, 08. Juni 2024, 12:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Auf und rund um die Schleuseninsel
Hinweis: Wir bauen euch eine TrendSport-Area auf, in
der ihr u.a. Skimboarden, eure Fitness testen
und Slacklinen könnt.
Veranstalter: Amt für Kinder, Jugend, Schule und
Integration

- TrendSport wird auf beiden
- Veranstaltungen Workshops im
- Skimboarden anbieten. Eine
- Anmeldung ist im Vorfeld über
- das Buchungsportal möglich.

Beachvolleyballturnier

Wann: Samstag, 29. Juni 2024, 11:00 bis 17:00 Uhr
Wo: Sportpark Styrum - Beachvolleyball-Anlage
(Augustastraße 118)
Alter: ab 18 Jahre
Kosten: 10 €
Hinweis: Es handelt sich um einen Mixed-Fun-Cup.

Kick it like friends

Wann: 09. bis 16. Juli 2024
Wo: Ruhrstadion Mülheim
(Friesenstraße 101)
Hinweis: Internationales Fußballturnier der Jahrgänge 2009/2010, mit Spielern aus Mülheim sowie den Mülheimer Partnerstädten in Polen, Finnland, der Türkei und der Ukraine
Veranstalter: Amt für Kinder, Jugend, Schule und Integration

Roundnet Rumble Ruhr

Wann: Samstag, 13. Juli 2024,
09:00 bis 19:00 Uhr
Wo: Kunstrasenplatz der Sportanlage
Südstraße (Südstraße 1)
Kosten: 15 €
Veranstalter: TrendSport, Westwings Essen e.V.



Power Day

- Wann: Samstag, 06. Juli 2024
09:00 bis 20:00 Uhr
- Wo: Sportpark Styrum
(AugustastraÙe 118)
- Alter: ab 14 Jahre
- Hinweis: Wettkampf in den Disziplinen Armwrestling,
Strict Curls und KugelstoÙen

Skate Jam

- Wann: Samstag, 15. September 2024
13:00 bis 18:00 Uhr
- Wo: Skate- und BMX-Anlage S¼dstraÙe
(S¼dstraÙe/Ecke K¼pchenstraÙe)
- Kosten: kostenlos
- Hinweis: Entspannte Musik, gutes Essen, spaÙige Wett-
k¼mpfe und tolle Preise

Styrumer StraÙenlauf

- Wann: Sonntag, 27. Oktober 2024
- Wo: Rund um die NeustadtstraÙe und im Sport-
park Styrum
- Veranstalter: M¼lheimer SportService, Styrumer Turnver-
ein von 1880 e.V.



Förderung:

Leonhard-Stinnes-Stiftung
Amt für Kinder, Jugend, Schule und Integration

Kontaktpersonen:

TrendSport

Christina.Amedick@muelheim-ruhr.de, T 0176 43498992
Tom.Grieseler@muelheim-ruhr.de, T 0178 5123911

Impressum



TrendSport



Mülheim macht Sport

Stadt Mülheim an der Ruhr / Mülheimer SportService

Haus des Sports, Südstraße 23, 45470 Mülheim an der Ruhr

trendsport.muelheim-ruhr.de
facebook.de/trendsport.muelheim
Instagram: trendsport_mh

Fotos: TrendSport Mülheim (S. 6, 7, 11, 13, 20, 21, 24, 25, 27), Moritz Hofmeister (S. 1, 23), Khalifa Hadi Chaa (S. 2), Nikolai Benner (S. 5, 9), Walter Schemstein (S. 10), Jürgen Brinkmann (S. 15), Canva Stock-Foto (S. 17), Skimhomies (S. 18), Shaun Fenner (S. 23)