

## Pressemitteilung

Köln, 9. Januar 2023

### **Kölle aktiv – Sundaach aktiv**

#### **Kostenlose Sportkurse für Jung und Alt – das ist Sundaach aktiv, das Kölle-aktiv-Winterformat für Kinder und Senior\*innen**

Ab dem 15. Januar heißt es in den Kölner Turnhallen wieder zehn Wochen lang: Sundaach aktiv! Kinder im Grundschulalter sowie Senior\*innen können jeden Sonntag neue Sportarten ausprobieren, Spaß haben und in Bewegung bleiben. Die Kurse sind kostenlos, ohne Anmeldung offen für alle und finden unter professioneller Leitung der teilnehmenden Kölner Sportvereine statt.

Von Lindenthal bis Porz, von Dance for Kids über Boxen bis hin zu Spaß am Ball – mit neun kostenlosen Sportkursen für Kinder gibt es im gesamten Stadtgebiet viele Möglichkeiten für Spiel, Spaß und Sport.

Senioren und Seniorinnen können sich über acht Kurse freuen. Ob Solotanz, Walking-Fitness, Zirkeltraining oder allgemeine Fitnessangebote – das Programm bietet für Bewegungsbegeisterte eine breite Auswahl.

Sundaach aktiv ist ein Angebot für Menschen aller Fitnessgrade. Auf der Internetseite <https://koelle-aktiv.de/sundaach-aktiv/> informiert zudem die Inklusionsampel über die Zugänglichkeit für Menschen mit Behinderungen.

Jeden Sonntag gibt es Kurse um 10 Uhr, 11 Uhr oder 14 Uhr. Das Angebot startet am 15. Januar 2023 und endet am 26. März 2023. Am Karnevalssonntag finden keine Kurse statt.

Kölle aktiv ist eine Initiative des Sportamtes der Stadt Köln und des Stadtsportbundes Köln. Alle Infos gibt es auf der Website [www.koelle-aktiv.de](http://www.koelle-aktiv.de). Dort können Sie sich auch zum Newsletter anmelden, der Sie immer über den Start neuer kostenloser Angebote informiert – denn hinter den Kulissen arbeiten die Verantwortlichen bereits intensiv an weiteren Formaten im Rahmen von Kölle aktiv.

#### **Ansprechpartner:**

**Peter Pfeifer**  
Vorsitzender SSBK  
[pfeifer@stadtsportbund-koeln.de](mailto:pfeifer@stadtsportbund-koeln.de)

**Helmut Schaefer**  
Vorsitzender der Sportjugend Köln  
[schaefer@sportjugend-koeln.de](mailto:schaefer@sportjugend-koeln.de)

Bildmaterial:



Sundaach aktiv mit kostenlosen Sportkursen für Kinder und Senior\*innen startet am 15. Januar.

**Ansprechpartner:**

**Peter Pfeifer**  
Vorsitzender SSBK  
[pfeifer@stadtsportbund-koeln.de](mailto:pfeifer@stadtsportbund-koeln.de)

**Helmut Schaefer**  
Vorsitzender der Sportjugend Köln  
[schaefer@sportjugend-koeln.de](mailto:schaefer@sportjugend-koeln.de)