Sportvereine

Die Auswahl an Sportarten ist sehr groß - Fußball, Tennis, Reiten, Leichtathletik, Aerobic, Schwimmen und zunehmend auch internationale Sportarten wie Baseball, Rugby und sogar American Football werden angeboten.

Für eine vollständige Auflistung der Sportvereine, die es in Ihrer Region gibt, wenden Sie sich an das Sportamt in Ihrer Stadt oder an die Kreisverwaltung. Darüber hinaus bietet Ihnen der Landessportbund Hessen mehr Informationen über Sportvereine im ganzen Land.

Der beste Weg, einen Verein zu finden, ist die Webseite www.sport-in-hessen.de, wo Ihnen alle Schritte zum Weg ins Vereinsleben erklärt werden. Die Mitgliedsbeiträge sind sehr unterschiedlich, abhängig von der Art des Sports, der Größe des Vereins und der Qualität der Einrichtungen. Als allgemeine Richtlinie gelten Kosten zwischen 100 bis 250 Euro pro Jahr für eine Mitgliedschaft; für Studenten und Kinder gibt es oftmals Ermäßigungen. Für Familienmitgliedschaften gibt es ebenfalls Sonderpreise, sie sind meistens viel billiger als mehrere einzelne Mitgliedschaften.

Sie sollten beachten, dass Sie, sobald Sie ein registriertes Mitglied eines deutschen Sportvereins sind, automatisch nach den Vereins-Bedingungen versichert sind, falls Sie sich verletzen sollten. Viele Vereine ermöglichen Ihnen, vor einer offiziellen Mitgliedschaft mehrere Male das Training zu besuchen und auszuprobieren, ob es Ihnen Spaß macht.

Fitnessstudios

Obwohl es so viele Vereine mit einem großen Sportangebot gibt, werden Fitnessstudios immer populärer, und auch in Hessen haben Sie eine große Auswahl. Die Hauptvorteile von Fitnessstudios sind ihre flexiblen Öffnungszeiten und die moderne Ausstattung (manchmal auch mit Schwimmbad und Sauna). In den meisten Clubs beträgt die Mindestdauer der Mitgliedschaft sechs oder sogar zwölf Monaten; meistens können Sie das Studio aber eine Woche testen, bevor Sie einen Vertrag

unterschreiben. Darüber hinaus bieten immer mehr Fitnessstudios Frauenbereiche an, und es gibt oft auch kostenlose Kinderbetreuung. Die monatlichen Beiträge reichen von 15 Euro für ein einfaches Fitnessstudio bis zu 100 Euro für die Luxusklasse. In Frankfurt bieten manche Fitnessstudios auch Tageskarten an.
Der beste Weg, um ein Fitnessstudio in Ihrer Region zu finden, ist über die Homepage www.find-fitness.de/Hessen. Suchen Sie sich ein Studio, das am besten zu Ihrem Zeitplan und Budget passt.

Radfahren in Hessen

Im Laufe der vergangenen Jahre wurde in Hessen ein flächendeckendes, 3.300 km umfassendes Netz an Radwegen gebaut - vorbei geht es etwa an idyllischen Flusstälern mit den ursprünglichen Höhenzügen von Rhön, Odenwald, Vogelsberg und Taunus oder entlang der hessischen Abschnitte der Eder-, Lahntal-, Rhein-, Main-, und Werratal-Radwege. Es gibt auch zahlreiche regionale Routen von Nord nach Süd und von West nach Ost. Detaillierte Karten können an Kiosken oder von der Hessen Tourismus Agentur erworben werden. Sie können auch die ausgezeichnete Webseite www.radroutenplaner.hessen.de besuchen. Wenn Sie einen längeren Ausflug mit dem Fahrrad unternehmen wollen, bietet die Deutsche Bahn Wochenendtickets für Radfahrer-Gruppen an.

Golf

Deutschlands erster Golfplatz wurde 1893 in Bad Homburg von dem Engländer R.W. Duff gebaut. Bis zum heutigen Tag setzt sich die Tradition des Golfsports in Hessen fort. Mit idyllischen Flusstälern, Seen und Grünflächen bietet Hessen ideale Bedingungen zum Golfen.
Mehr als 50 Golfplätze mit über 39.000 Golfern gibt es zurzeit in Hessen. Golfen ist inzwischen so beliebt, dass einige Clubs eine Warteliste haben; andere Golfvereine, insbesondere in ländlichen Gebieten, sind oftmals aber auch auf der Suche nach neuen Mitgliedern. Die Golfausrüstung können Sie fast überall mieten. Für weitere Informationen kontaktieren Sie den Hessischen Golfverband unter www.hessischergolfverband.de oder besuchen Sie das große deutsche Golf-Portal www.golf.de.

Inline Skating

Viele Deutsche haben großen Spaß am Skaten. Deshalb ist es auch nicht ungewöhnlich, dass Sie Inlineskates sogar in vielen Supermärkten und in guter Qualität kaufen können. Jeden Dienstagabend, von April bis Oktober, rollen Tausende von Skatern durch verschiedene Regionen Hessens (beispielsweise Frankfurt und Gießen), um gemeinsam zu skaten. Im Durchschnitt fahren bis zu 2.000 Menschen durch die Straßen. Die Touren sind in der Regel 35 bis 42 Kilometer lang und enden an ihrem Ausgangspunkt gegen 23 Uhr. Bitte beachten Sie, dass die Touren nicht für Anfänger geeignet sind. Tuesday Night Skating (TNS) organisiert auch Inline Skating-Reisen in ganz Europa. Für weitere Informationen besuchen Sie die TNS Website www.t-n-s.de.

Schlittschuh laufen

Im Frankfurter Ostend bietet die Eissporthalle Frankfurt alles, was sich Wintersportler wünschen. Sie können auf zwei Kunsteisbahnen mit einer Gesamtfläche von 9.000 Quadratmeter Schlittschuh fahren. In der Hochsaison kostet der Eintritt für Erwachsene 6 Euro. Falls Sie keine Schlittschuhe haben, kann das Paar für 4 Euro ausgeliehen werden. Für alle, die es etwas kleiner mögen, bietet das Colonel-Knight Stadion in Bad Nauheim eine gemütliche Atmosphäre zum Eislaufen unter einem Kuppeldach. In der Sommersaison nutzen Inline-Skater das Eisstadion.

Eissporthalle am Ratsweg
Am Bornheimer Hang 4
60314 Frankfurt/Main
Telefon: 069 21239308

Eisstadion Bad Nauheim
Nördlicher Park 25
61231 Bad Nauheim
Telefon: 06032 343356

Eissporthalle Kassel
Am Auestadion 1
34121 Kassel
Telefon: 0561 928940

Eispalast
Neuer Botanischer Garten
35032 Marburg
Telefon: 06421 690910

Laufen

Eine der großen Lauf-Veranstaltungen in Hessen ist die jährliche JPMorgan Corporate Challenge in Frankfurt. Im Jahr 2012 zog das 5-Kilometer-Rennen mehr als 68.000 Teilnehmer aus fast 3.000 Unternehmen an - und ist damit das größte Straßenrennen der Welt. Die Teilnehmer kommen aus ganz Deutschland, um durch die Frankfurter Innenstadt zu laufen. Von seinen bescheidenen Anfängen im Jahr 1993 mit nur 700 Läufern hat sich die Veranstaltung zu einem der wichtigsten sportlichen Ereignisse in Deutschland entwickelt.

www.jpmccc.de

Für ambitioniertere Läufer findet der Frankfurt-Marathon seit 1981 jährlich im Herbst statt. Es ist der älteste City-Marathon Deutschlands und hinsichtlich der Finisherzahl (ca. 15.500 in 2012) der zweitgrößte in Deutschland.

www.frankfurt-marathon.com

Hessen ist außerdem bekannt für Volkslauf-Veranstaltungen, beispielsweise den Nordhessencup, einer Serienwertung von 19 verschiedenen Volkslaufveranstaltungen in Nordhessen. Wenn Sie Interesse an regelmäßigen Lauftreffs haben, dann besuchen Sie die Webseite www.hlv.de

Walken und Wandern

Hessens Landschaft bietet Ihnen traumhafte Wanderwege, der Hessen Touristik Service bietet Vorschläge für ein Dutzend Wanderwege, beispielsweise im Taunus, um Fulda oder in der Bergstraße. Für romantische, aber auch abenteuerlustige Wanderer ist etwas dabei. Die Wege sind in der Regel zwischen acht und 20 Kilometer lang, einige liegen 800 Meter über dem Meeresspiegel. Für eine vollständige Beschreibung der vorgeschlagenen Ausflüge besuchen Sie www.hessen-tourismus.de

Schwimmen

Fast jede Stadt in Deutschland hat ihr eigenes Schwimmbad - entweder im Freien oder in der Halle. Diese Einrichtungen reichen von Familienbädern bis hin zu luxuriösen Wasserparks.

Um in Hessen ein Schwimmbad zu finden, das Ihren Bedürfnissen entspricht, besuchen Sie die Seite www.rutscherlebnis.de. Wenn Sie lieber in einer natürlichen Umgebung schwimmen wollen, hat Hessen viele Badeseen zu bieten. Zu den größten Badeseen in Hessen gehören der Diemelsee im Landkreis Waldeck-Frankenberg, der Twistesee im Nordwesten Hessens, der Edersee und der Langener Waldsee, südlich von Frankfurt.

Frankfurt Ironman

Jeden Sommer bringt die weltgrößte IRONMAN-Qualifikation in Frankfurt-Rhein-Main die Weltklasse an den Start. Mehr als 2.300 Teilnehmer aus über 55 Nationen und rund 350.000 Zuschauer machen den IRONMAN zu einem internationalen Fest. Nach 3,8 km Schwimmen im Langener Waldsee und 180 km Rad fahren kommen die Athleten am Mainkai in der Frankfurter Innenstadt zum vielleicht härtesten Teil des IRONMAN: dem Marathonlauf entlang des Mainufers. Für ihre Qualen werden sie mit großartiger Stimmung entlang der gesamten Strecke und einem atemberaubenden Blick auf die Frankfurter Skyline entschädigt. Aber spätestens wenn der (fast) fertige IRONMAN auf die Ziellinie auf den Römerberg einbiegt, sind die Strapazen des Tages bei einer der größten Finishline Partys Europas vergessen.

Kurbäder, Saunen u. Thermalbäder

In der grauen Winterzeit oder nach einem anstrengenden Arbeitstag gibt es nichts entspannenderes, als einen Tag in einem Kurbad oder einer Sauna zu verbringen. Die Tradition der Thermalbäder reicht zurück bis ins Römische Reich, und das Konzept eines gesunden Geistes in einem gesunden Körper wird nach wie vor in Hessen gepflegt. Mehr Informationen über die 32 Kurbäder und Spas in der Region finden Sie beim Hessischen Heilbäderverband auf www.hessischer-heilbaederverband.de. Neben den traditionellen Heilbädern gibt es immer mehr Wellness-Tempel mit Aktivitäten für die ganze Familie. Kur- und Thermalbäder werden modernisiert und verwandeln sich in Komplexe, die verschiedene Attraktionen unter einem Dach vereinen: Freibäder und Hallenbäder, Whirlpools, Wasserparks, Saunen, Kur- und Thermalbäder usw.

AquaMar
Sommerbadstraße 41

35037 Marburg
Tel.: 06421 - 309784-0
www.marburg.de/aquamar

Sieben Welten Therme & Spa
Harbacher Weg 66
36093 Künzell
Tel.: 0661 397 800
www.siebenwelten.de

Aqua Fit Freizeit und Familienbad
Kolpingstr. 6
36251 Bad Hersfeld
Tel.: 06621 / 7 64 96

Laguna Asslar
Europastraße, 35614 Aßlar
Tel.: 06441 - /807100
www.laguna-asslar.de

Taunus Therme
Seedammweg 10
61352 Bad Homburg
www.taunus-therme.de