

Übersicht der Trainingsstunden

Uhrzeit	Sparte	Gruppe	Übungsleiter/in	Kontakt	Halle
Montag					
17.00 - 18.30 Uhr	Breitensport	Frauen 1	Angelika Tajsich	02835 - 6668	neue Halle
18.30 - 20.00 Uhr	Volleyball	Damen 2 und 3	Thomas Roosen	02835 - 5533	neue Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Frauen 2	Bianca Tillmanns	0162 - 6998525	neue Halle
16.00 - 17.00 Uhr	Breitensport	Eltern Kind Turnen	An-Kathrin Vester, Paula Schöbel	0152-34596464 0157-86839078	neue Halle
Dienstag					
11.00 - 12.00 Uhr	Breitensport	Frauen Ü65	Rosi Dümmichen	02835 - 5617	neue Halle
16.00 - 17.00 Uhr	Turnen	Eltern-Kinder-Turnen Kinder 1 - 3 Jahre	An-Kathrin Vester Michael Fiete Schütt	0152-34596464 0177-7596321	neue Halle
17.30 - 19.00 Uhr	Volleyball	Jugendtraining U14 - U18	Johanna Bosch	01578 - 6094085	neue Halle
18.30 - 19.30 Uhr	ZUMBA®	Gemischte Gruppe	Angie Schlegel	02835 - 4449987	Gymnastikraum
18:00 - 20:00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz	0173 - 8215129 01522-1986190	Sportplatz
19.00 - 21.00 Uhr	Volleyball	Damen 1 und 2	Claudia Aenstoots	01578 - 6094085	neue Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Step Aerobic	Ria Paulus	02835 - 79513	Gymnastikraum
Mittwoch					
10:00 - 12:00 Uhr (nach Absprache)	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz	0173 - 8215129	Sportplatz
16.30 - 17.30 Uhr	Turnen	Kinder 1. - 2. Schuljahr	Daniela Kämmerer Anna-Lena Zemelka	0176-45715136 0173-5630456	neue Halle
17.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Kindert ab 3. Schuljahr	Daniela Kämmerer Anna-Lena Zemelka	0176-45715136 0173-5630456	neue Halle
18.15 - 19.45 Uhr	Yoga	Yoga Gruppe 1	Bianca Tillmanns	0162 - 6998525	Gymnastikraum
19.00 - 20.00 Uhr	ZUMBA®	Gemischte Gruppe	Angie Schlegel	02835 - 4449987	alte Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Yoga	Yoga Gruppe 2	Bianca Tillmanns	0162 - 6998525	
20.15 - 22.00 Uhr	Breitensport	Männer 2	Frank Polixa	02831 - 972332	neue Halle
Donnerstag					
09.00 - 10.00 Uhr	Prävention	Bewegt jung bleiben	Bodo Polixa	02831 - 87968	St. Antonius-Haus
10.00 - 11.00 Uhr	Prävention	Bewegt jung bleiben	Bodo Polixa	02831 - 87968	St. Antonius-Haus
17.00 - 18.30 Uhr	Volleyball	U 14	Dana Wetzels	01578 - 6094085	neue Halle
18:00 - 20:00 Uhr (nach Absprache)	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz	0173 - 8215129 01522-1986190	Sportplatz
18.30 - 19.30 Uhr	Breitensport	Männer 3	Daniel Eumes	0172 - 9705473	Gymnastikraum
18.30 - 20.00 Uhr	Volleyball	Damen 3 und Damen 4	Joachim Koch Andrea Kiesewetter	01578 - 6094085	neue Halle
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball	Damen 1 und 2	Gregor Eumes	01578 - 6094085	neue Halle
Freitag					
13:15 - 14.30 Uhr	Breitensport	Ü 65	Rosi Dümmichen	02835 - 5617	neue Halle
14.45 - 15.45 Uhr	Turnen	Kinder 3 und 4 Jahre	Christina Troost Ludmila Ditte	0173-7734978	neue Halle
15:45 - 16.45 Uhr	Turnen	Kinder 5 und 6 Jahre	Christina Troost Ludmila Ditte	0173-7734978	
16.30 - 18.00 Uhr	Volleyball	Anfänger, Ballgewöhnung	Daniela Broska	01578 - 6094085	neue Halle
17:00 - 19:00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz	0173 - 8215129 01522-1986190	Gymnastikraum
18.00 - 20.00 Uhr	Turnen	Trampolingrouppe ab 9 Jahre	Frank Polixa Leon Fischermanns Vivian Holthausen	02831 - 972332	neue Halle