

Übersicht der Trainingsstunden

Uhrzeit	Sparte	Gruppe	Übungsleiter/in	Helfer	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	Thomas Roosen		02835 - 5533	neue Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Frauen 2	Bianca Tillmanns		0162 - 6998525	neue Halle
Dienstag						
16.00 - 17.00 Uhr	Turnen	Eltern-Kinder-Turnen Kinder 1 - 3 Jahre	Nina Küppers	Hannah Küppers Emma Küppers	01517 - 0431927	neue Halle
17.00 - 18.30 Uhr	Volleyball	Jugendtraining	Julia Koch Anna Balmans		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	Sportplatz
18.30 - 20.15 Uhr	Volleyball	Damen 1	Claudia Aenstoots		01578 - 6094085	neue Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Step Aerobic	Ria Paulus		02835 - 79513	Gymnastikraum
20.15 - 22.00 Uhr	Volleyball	Hobby Mixed	Thomas Roosen		02835 - 5533	neue Halle
Mittwoch						
10.00 - 12.00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz		0173 - 8215129	Sportplatz
16.15 - 17.15 Uhr	Turnen	Kinderturnen 3 und 4 Jahre	Jenny Bendereit Christina Troost	Lina Servas Mia Giesen	0162 - 6018017	neue Halle
17.15 - 18.30 Uhr	Turnen	Kinderturnen 5 und 6 Jahre	Jenny Bendereit Christina Troost	Lina Servas Mia Giesen	0162 - 6018017	neue Halle
18.00 - 20.00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Olaf Kämmerer Jürgen Welbertz		0173 - 8215129	Sportplatz
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	neue Halle
20.30 - 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	Jugendtraining	Laura de Lange Lena Siemons		01578 - 6094085	neue Halle
18.30 - 19.30 Uhr	Breitensport	Männer 3	Daniel Eumes		0172 - 9705473	Gymnastikraum
18.30 - 20.00 Uhr	Volleyball	Damen 3	Joachim Koch		01578 - 6094085	neue Halle
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball	Damen 1 und 2	Detlef Lampey		01578 - 6094085	neue Halle
Freitag						
14.00 - 15.00 Uhr	Breitensport	Frauen Ü65	Rosi Dümmichen		02835 - 5617	neue Halle
15.00 - 16.30 Uhr	Turnen	Kinder 1. - 4. Schuljahr	Daniela Kämmerer	Liv Giesen Evelyn Balzer Mia Giesen	0176 - 45715136	neue Halle
16.30 - 18.00 Uhr	Volleyball	Anfänger, Ballgewöhnung	Andrea Kiesewetter Daniela Broska	Marietta Smeets Jonna Kibben Nele Broska Maya Rörthmans	01578 - 6094085	neue Halle
18.00 - 20.00 Uhr	Turnen	Trampolingrouppe ab 9 Jahre	Frank Polixa Leon Fischermanns	Vivien Holthausen	02831 - 972332	neue Halle
20.15 - 22.00 Uhr	Volleyball	Hobby Mixed	Thomas Roosen		02835 - 5533	neue Halle