



Aktuelles Sportangebot der Kooperationspartner

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter/in	Halle
Mo.	17.00-19.00	Leistungsturnen Mädchen ab 10 Jahre	Nancy Mohr, Sebastian Eschmann	6
	18.15-19.15	Fitnessgruppe Frauen und Männer	Susanne Himmen	5
	19.00-20.00	Gymnastik für Frauen und Männer	Nancy Mohr, Sebastian Eschmann	6
	19.30-20.30	Step Aerobic	Susanne Himmen	5
Di.	09.00-10.00	Rehasport	Dieter Szczepanski	5
	10.00-11.00	Hockergymnastik	Dieter Szczepanski	5
	11.00-12.00	Rehasport	Dieter Szczepanski	5
	16.00-17.15	Tanzen (5-8 und 8-12 Jahre)	Andrea Spissu, Michelle Klüter	2
	19.00-20.00	Gymnastik für Senioren	Heiner Leppla	5
	18.45-20.15	Senienschwimmen (2 Gruppen)	Levin Radek, Bernhard Kratz	4
Mi.	16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen	Sahra Müller	5
	17.00-18.30	Geräteturnen Mädchen ab 7 Jahre	Nancy Mohr	6
	17.00-18.00	Rehasport	Janina Mudrich, Nena Schneider im Wechsel	1
	17.15-18.15	Kinderturnen	Sahra Müller	5
	18.00-19.00	Rehasport	Janina Mudrich, Nena Schneider im Wechsel	1
	18.00-20.00	Radfahren eMTB (sportlich)	Heino Hübner	7
	18.00-20.00	Radfahren eMTB (gemütlich)	Roland Jakobowski	7
	18.00-20.00	Radfahren eMTB (für Frauen)	Axel Scherer	7
	18.30-19.30	Rücken Fit	Claudia Engbarth	5
Do.	15.15-16.15	Tanzen für die Kleinen	Katharina Beck, Nicole Mietschke	5
	16.30-18.00	Kindergarde	Isabelle Deisen, Ruth Thunig, Christine Eckert	5
	17.00-19.00	Leistungsturnen Mädchen ab 10 Jahre	Nancy Mohr, Sebastian Eschmann	6
	18.00-19.30	Shuai Jiao Kampfsport	Martin Schreiner	5
Fr.	14.30-15.30	Turnen Kindergartengruppe	Andrea Spissu, Sandra Laubensdörfer	1
	14.30-15.30	Kindertanz	Sahra Müller	5
	15.30-16.30	Mutter-Kind-Turnen	Andrea Spissu, Sandra Laubensdörfer	1
	16.00-17.30	Shuai Jiao Selbstbehauptung für Mädchen	Martin Schreiner	5
	17.00-18.00	Schwimmen (Kinder 5 bis 9 Jahre)	Robert Westphal, Levin Radek	3
	18.00-19.00	Schwimmen (Kinder über 9 Jahre)	Robert Westphal, Levin Radek	3
	19.00-20.00	Dancing Fitness	Susanne Himmen	5
	20.00-22.00	Showtanzgruppe Explode	Ansprechpartnerin Jana Gillmann	5
Sa.	10.00-12.00	Showtanzgruppe Explode	Ansprechpartnerin Jana Gillmann	5
	13.00-15.00	Shuai Jiao Kampfsport	Martin Schreiner	5
	17.00-19.00	Badminton	Bernhard Gödel	1
So.	10.00-12.00	Shuai Jiao Kampfsport	Martin Schreiner	5

Achtung: Während der Schulferien finden keine Übungsstunden statt!
Anmeldung jederzeit zu Übungsbeginn beim Übungsleiter. Ausnahme Rehasport.
Rehasport nur nach ärztlicher Verordnung und Anmeldung unter 0171 6286661.

Hallenbelegung:

- | | |
|--|------------------------------------|
| 1 = große Schulturnhalle in der Wesbach | 7 = Treffpunkt Pumptrack im Sommer |
| 2 = kleine Schulturnhalle in der Wesbach | 8 = Nach telef. Nachfrage |
| 3 = Hallenbad im PSG | |
| 4 = Hallenbad Bodelschwingh-Zentrum | |
| 5 = Turnhalle TV Raumbach | |
| 6 = kleine PSG-Halle (Probetraining nur nach vorheriger Absprache) | |