



Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand: 01.07.2017

Jahnhalle am Haunerbusch

Montag:

- 15:00 – 16:00 **Fit und Spaß für Jungen (ab 6 Jahre)**
Große Halle Anna Kregel, Tel. 0171 32 92 299
- 16:15 – 17:45 **Mädchenturnen (6 – 9 Jahre)**
Große Halle Anna Kregel, Tel. 0171 32 92 299
- 17:45 – 18:45 **Taekwondo (ab 6 Jahre)**
Kleine Halle Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69
- 18:45 – 19:45 **Power-Fatburnergymnastik für Frauen**
Große Halle PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-ANGEBOT
Bärbel Weber, Tel. 02359 1266
- 19:45 – 21:00 **Sport für Männer (Fußball, Badminton)**
Große Halle Thomas Frambach Tel. 0170 47 47 629
- 19:45 – 20:45 **Bewegen statt Schonen / Pilates**
Kleine Halle PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-KURSANGEBOT
Bärbel Weber, Tel. 02359 12 66
(Zusatzgebühr)

Dienstag:

- 16:00 - 17:30 **Gerätturnen Mädchen (6 – 10 Jahre)**
17:00 – 19:00 **Gerätturnen Mädchen (10 – 14 Jahre)**
Große Halle Britta Hütz, Tel. 02359 74 73
- 17:30 – 19:00 **Kung Fu (Zusatzgebühr)**
Kleine Halle Sönke Liedtke, 02353 1 24 72
- 19:00 – 20:00 **Taekwondo**
Kleine Halle Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69
- 18:30 – 19:16 **Pilates -KURSANGEBOT**
Jugendraum Bärbel Weber, Tel. 01259 / 12 66
- 19:15 – 20:45 **Wirbelsäulengymnastik Männer/Frauen**
Große Halle Bernd Gräve, Tel. 02359 33 58

Mittwoch:

- 15:30 – 16:30 **XXS – Gruppe (MuK) 1 – 3 Jahre**
Große Halle Andrea Matzner
Tel. 0163 19 63 011
- 16:30 -17:30 **XXS-Gruppe (MuK) 3 – 4 Jahre**
Große Halle Andrea Matzner
Tel. 0163 19 63 011
- 16,30 – 17:30 **Fit im Alltag**
Kleine Halle Maria Igual Tel. 02359 21 28
- 17.30 -18.15 **Zumba Fitness® Frauen / Männer- Zusatzgebühr**
Große Halle Maria Igual Tel. 02359 21 28 **KURS!**
- 18:30 – 19:30 **Sport bei Arthrose u.a., Frauen und Männer**
Kleine Halle PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-ANGEBOT
Dorette Vormann – Berg, Tel. 0160 93 37 85 75
- 19:30 – 21:00 **Volleyball – Mixed**
Große Halle Sylke Hentschel, Tel. 0177 /41 48 083

Donnerstag:

- 16:15 – 17:15 **Kinder 4 bis 6 Jahre**
Große Halle Katharina Morlinghaus, Tel. 0171 69 44 983
- 16.30 – 17.45 **Hip Hop, Mädchen ab 13 Jahre**
Kleine Halle Maria Esposito, Infos über 02359 12 66
- 18:00 – 19:30 **Kung Fu**
Kleine Halle Sönke Liedtke, Tel. 02353 1 24 72
- 17:30 – 18:30 **Aerobic 50 plus**
Große Halle Dorette Vormann – Berg, Tel. 0160 93 37 85 75
- 18:30 – 19:30. - **Powergymnastik**
Große Halle. Dorette Vormann – Berg, Tel. 0160 93 37 85 75

Freitag:

- 15:15 – 16:15 **Tabata und HIIT**
Kleine Halle PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-ANGEBOT
Bärbel Weber, Tel. 02359 1266- -
- 16:15 – 17.45 **Gerätturnen Mädchen (6 – 10 Jahre)**
Große Halle Rebekka Großpietsch, Tel. 02351 97 44 644

Freitag ff:

- 18:00 – 19.30 **Trimmen/Gymnastik für Männer**
Kleine Halle Paul-Wilhelm Kieberger, Tel. 02359 / 21 61
- 18:00 – 20:00 **Volleyball Männer**
Große Halle Johann Kopp, Tel. 0157 34 57 14 00
- 20:00-21:15 **Taekwondo (Angebot nach Absprache)**
Kleine Halle Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69

Samstag:

- 14:00 – 15:00 **Qi Gong**
Jugendraum Heike Lambrecht – Tel 02359 44 51
- 14:00-16:00 **Taekwondo (Angebot nach Absprache)**
Kleine Halle Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69

Sonntag:

- 9:30 – 12:00 **Tischtennis**
Kleine Halle Hans-J. Piepenstock 02359 4151
- 10:00 – 12:00 **Volleyball Männer**
Große Halle Johann Kopp, Tel. 0157 34 57 14 00

Reha-Sport

Vormittags:

- Mittwoch
9:30 – 10:15 Maria Igual, Tel 02359 21 28
10:30 – 11:15 Maria Igual, Tel. 02359 21 28
11:30 – 12:15 Bärbel Weber, Tel. 02359 12 66

Abends:

- Dienstag
19:15 – 20:00 Bärbel Weber, Tel. 02359 12 66
- Donnerstag
19:45 – 20:30 Dorette Vormann-Berg,
Tel. 0160 93 37 85 75



Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand: 01.07.2017

Turnhalle Bismarckschule

Montag:

15:15 – 16:15 **Eltern – Kind Turnen**
Monika Mazurkowski, Tel. 02359 / 47 00

18:00 – 20:00 **Gerätturnen Mädchen**
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

20:00 – 21:30 **Sie-und-Er-Gruppe**
Lore Schmidt, Tel. 02359 / 34 56

Dienstag:

17:00 – 18:30 **Gerätturnen Jungen** (Leistungsriege 6 – 10)
18:00 – 20:00 **Gerätturnen Jungen/Männer**
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

20:00 – 21:15 **Gymnastik Frauen** (Angebot 50 plus)
Christiane Esser, Tel. 02359 / 40 62

Mittwoch:

17:00 – 19:00 **Gerätturnen Mädchen**
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

19:00 – 20:00 **Fitness – Gymnastik** (Frauen)
Beate Wünsch, Tel. 02359 / 72 15

20:00 – 21:00 **Step-Aerobic - jeden 1. Mittwoch/Monat -**
Andrea Wolf, Tel. 02359 / 29 03 06

Donnerstag:

14:30 – 16:00 **Dschungelkids** (Kindergartenkinder)
Kathrin Küch 02269 / 7085

16:15 – 18:30 **Gerätturnen Mädchen**
Britta Hütz, Tel. 02359 / 74 73

20:00 – 22:00 **Aerobic und Konditionsgymnastik**
Stefanie Ziermann, Tel. 02354 / 77 80 18

Freitag:

17:00 – 18:30 **Gerätturnen Jungen**
(Leistungsriege 6 – 10)
18:00 – 20:15 **Gerätturnen Jungen/Männer**
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

20:15 – 21:30 **Fußball**
Uwe Göhner, Tel. 02359 / 12 55

Nordic-Walking

Nordic-Walking für Anfänger

Donnerstag 9:00 – 12:00 Uhr
Treffpunkt nach Absprache
Christiane Esser, Tel. 02359 / 40 62

Walking 50 plus

Donnerstag 17:30.-19:30 (Sommer)15.00-17.00 (Winter),
Treffpunkt: Kreuzung Bach/Thingslindestraße
Bernd Gräve, Tel. 02359 33 58

Nordic-Walking für Fortgeschrittene

Mittwoch, 15:00 – 16:30 Uhr
In den Wintermonaten geänderte Anfangszeiten!
Treffpunkt Fritz-Linde-Stein
Bärbel Weber, Tel. 02359 / 12 66

Ansprechpartner der Turnabteilung:

Fachbereichsleiterin Gymnastik/Aerobic/Therapie

Bärbel Weber: Tel. 02359 / 12 66
E-Mail: weber.kierspe@t-online.de

Fachbereichsleiter Gerätturnen

Uwe Hütz: Tel. 02359 / 74 73
E-Mail: b-u-huetz@web.de

Fachbereichsleiterin Trimmen/Spiele/Kampfsport

Anja Nordhaus: Tel. 02359 / 20 69
E-Mail: anjanordhaus@aol.com

Turnhalle Gesamtschule

Montag:

16:30 – 17:30 **Jungenfußball** „Just for Fun“, 6- 12 Jahre
Sidney Zachau, Tel.: 0178 14 15 984
17:30 – 19:00 **Jungenfußball** „Just for Fun“, 12- 17 Jahre
Thorben Weber, Tel. 02359 / 12 66

19:30 – 21:00 **Badminton Erwachsene, Jugendliche**
Evelyn Bongards, Tel. 02359 / 67 80

Dienstag:

19:00 – 21:00 **Badminton Jugendliche/ Erwachsene**
Thomas Ullrich, Tel. 02359 / 29 13 25

Mittwoch:

16:00 – 18:00 **Trampolin, Kinder** 6-10 Jahre
Infos über Uwe Hütz Tel. 02359 / 7473

Freitag:

16:30 – 17:30 **Tanz und Bewegungsgestaltung, Mäd. 6-10 J.**
Maria Esposito, Infos über 02359 / 12 66

17:00 – 18:30 **Badminton Kinder/Jugend** ab 11 Jahre
Gina Biczkowski Tel. 0157 83 955 101

18:30 – 20:00 **Basketball Mädchen**
Zoe Berger, Tel. 0176 24 07 22 82

