



# Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand: 01.03.2020

## Jahnhalle am Haunerbusch

### Montag:

- 16:00 – 17:00 **Actionkids - Turnen/Bewegen Mädchen/Jungen (6 – 8 Jahre)**  
17:00 – 18:00 **Actionkids - Turnen/Bewegen Mädchen/Jungen (9 – 10 Jahre)**  
*Große Halle* Katharina Morlinghaus, Tel. 0171 69 44 983  
Wiebke Gracin, Tel. 02359 / 56 88 673
- 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 – 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 (ab 10 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 – 19:15 **Pilates – KURSANGEBOT mit Anmeldung**  
*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 **Eltern-Kind Gruppe XXS, 1 – 3 Jahre**  
*Große Halle* Andrea Matzner  
Tel. 0163 19 63 011
- 16:30 -17:45 **Eltern-Kind- Gruppe XXS, 3 – 4 Jahre**  
*Große Halle* Andrea Matzner  
Tel. 0163 19 63 011
- 16:30 – 17:30 **Fit im Alltag**  
*Kleine Halle* Maria Igual Tel. 0157 563 734 76
- 17:30 -18:15 **Zumba Fitness® Frauen / Männer- Zusatzgebühr**  
*Kleine Halle* Maria Igual Tel. 0157 563 734 76 **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

### Donnerstag:

- 16:15 – 17:15 **Kinder in Bewegung**  
*Große Halle* Luna Kempkes, Tel. 0151 56 07 38 73
- 16:30 – 17:45 **Hip Hop, Mädchen ab 13 Jahre**  
*Kleine Halle* Maria Esposito, Tel. 0157 38 26 99 46
- 18:00 – 19:30 **Kung Fu**  
*Kleine Halle* Sönke Liedtke, Tel. 02353 1 24 72
- 17:30 – 18:30 **Immer fit/Funktionsgymnastik**  
*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
- 20:00 – 21:30 **Volleyball – Mixed**  
*Große Halle* Sylke Hentschel, Tel. 0177 /41 48 083

### Freitag:

- 15:15 – 16:15 **Tabata und HIIT**  
*Kleine Halle* PLUSPUNKT/GESUNDHEIT  
Bärbel Weber, Tel. 02359 1266
- 16:15 – 17.45 **Gerätturnen Mädchen (6 – 10 Jahre)**  
*Große Halle* Rebekka Großpietsch,  
Tel. 02351 97 44 644
- 18:00 – 19.30 **Trimmen/Gymnastik für Männer**  
*Kleine Halle* Paul-Wilhelm Kieberger, Tel. 02359 / 21 61
- 20:00-21:15 **Taekwondo (Angebot nach Absprache)**  
*Kleine Halle* Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69
- 20:15 – 21:30 **Fußball**  
Uwe Göhner, Tel. 02359 / 12 55

### 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

### Reha-Sport

#### Am Vormittag:

- Mittwoch 9:30 – 10:15 Maria Igual, Tel 0157 563 734 76  
10:30 – 11:15 Maria Igual, Tel. 0157 563 734 76

#### Am Abend:

- Donnerstag 19:45 – 20:30 Dorette Vormann-Berg,  
Tel. 0160 93 37 85 75

# Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand: 01.03.2020

## Turnhalle Gesamtschule

### **Montag:**

- 17:00 – 18:00 **Jungenfußball** „Just for Fun“, 6- 12 Jahre  
Jan Klinger, Tel. 0151 629 659 91
- 17:30 – 19:00 **Jungenfußball** „Just for Fun“, 12- 17 Jahre  
Thorben Weber, Tel. 0171 83 77 250
- 19:30 – 21:00 **Badminton Erwachsene, Jugendliche**  
Volker Rehorn, Tel. 0173 8397221

### **Dienstag:**

- 17:30 – 19:00 **Volleyball-Mixed ab 16 Jahre**  
Sidney Zachau, Tel. 0151 26 68 04 52
- 19:00 – 21:00 **Badminton Jugendliche/ Erwachsene**  
Thomas Ullrich, Tel. 02359 / 29 13 25

### **Mittwoch**

- 16:15 – 17:00 **Trampolin für Kinder/Jgd. von 8-12 Jahre**  
Infos über Uwe Hütz,  
Tel. 02359 / 74 73

### **Freitag:**

- 16:30 – 17:30 **Tanz und Bewegungsgestaltung, Mäd. 6-10 J.**  
Maria Esposito, Tel. 0157 38 26 99 46
- 17:30 – 18:30 **Hip Hop, Mädchen ab 12 Jahre**  
Maria Esposito, Tel. 0157 38 26 99 46
- 17:00 – 18:30 **Badminton Kinder/Jugend** ab 11 Jahre  
Daniel Terehov, Tel. 0157 86 58 67 10



## Turnhalle Bismarckschule

### **Montag:**

- 15:00 – 16:15 **Eltern – Kind Turnen (1-4 Jahre)**  
Monika Mazurkowski, Tel. 02359 / 47 00  
Kathrin Küch, Tel. 02269 / 7085
- 18:00 – 20:00 **Gerätturnen Mädchen**  
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73
- 20:00 – 21:30 **Sie-und-Er-Gruppe**  
Petra Rosenbach, Tel. 02351 / 40 128

### **Dienstag:**

- 17:00 – 18:30 **Gerätturnen Jungen** (Leistungsriege 6 – 10)  
**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**  
Sina Hertrampf, Tel. 0157 36 14 42 71
- 19:00 – 20:00 **Fitness – Gymnastik** (Frauen)  
Beate Wunsch, Tel. 02359 / 72 15

### **Donnerstag:**

- 14:30 – 16:00 **Dschungelkids** (Kindergartenkinder)  
Kathrin Küch, Tel. 02269 / 7085
- 16:30 – 19:00 **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)  
**Gerätturnen Jungen/Männer**  
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

## 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 16:00 -18:00 (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**  
Über Stephan Jatzkowski, Tel. 02359 /7001 bis 17 Uhr  
E-Mail: [jatzkowski@tsvkierspe.de](mailto:jatzkowski@tsvkierspe.de)

### **Fachbereichsleiter Gerätturnen**

Uwe Hütz: Tel. 02359 / 74 73  
E-Mail: [b-u-huetz@web.de](mailto:b-u-huetz@web.de)

### **Fachbereichsleiterin Trimmen/Spiele/Kampfsport**

Anja Nordhaus: Tel. 02359 / 20 69  
E-Mail: [anjanordhaus@aol.com](mailto:anjanordhaus@aol.com)