

19.05.2020

Wiedereinstieg in den Sport**19.05.2020**

Wochentag	Uhrzeit	Angebot	Ab wann	Ort	Übungsleiter/-in	Telefon
Montag	17:30-18:00	Powergymnastik	18.05.	Outdoor	Bärbel Weber	02359/1266
Montag	18:00-19:45	Gerätturnen Mädchen	25.05.	Bismarckhalle	Uwe Hütz	02359/7473
Montag	18:15-18:45	Powergymnastik	18.05.	Outdoor	Bärbel Weber	02359/1266
Montag	19:30-21:00	Badminton	25.05.	Vierfeldhalle	Volker Rehorn	0173 8397221
Montag	20:00-21:30	Sie-und-Er-Gruppe	18.05.	Bismarckhalle	Petra Rosenbach	02351/40128
Dienstag	20:00-21:15	Gymnastik Frauen	19.05.	Bismarckhalle	Christiane Esser	02359/4062
Dienstag	19:15-20:45	Wirbelsäulengym. Frauen/Männer	19.05.	Jahnhalle/Outdoor	Bernd Gräve	02359/3358
Dienstag	19:00-20:00	Taekwondo	26.05.	Jahnhalle	Anja Nordhaus	02359/2069
Dienstag	18:00-19:45	Gerätturnen Männer	19.05.	Bismarckhalle	Uwe Hütz	02359/7473
Dienstag	17:00-19:00	Gerätturnen Mädchen ab 10	19.05.	Jahnhalle	Britta Hütz	02359/7474
Mittwoch	15:00-16:30	Nordic-Walking Fortgeschritten	13.05.	Outdoor	Bärbel Weber	02359/1266
Donnerstag	08:45-10:30	Nordic-Walking Anfänger	14.05.	Outdoor	Christiane Esser	02359/4062
Donnerstag	16:00-18:00	Nordic-Walking	07.05.	Outdoor	Bernd Gräve	02359/3358
Donnerstag	16:30-17:45	Hip Hop	28.05.	Jahnhalle	Maria Esposito	0157 38269946
Donnerstag	16:30-19:00	Gerätturnen Mädchen ab 10	28.05.	Bismarckhalle	Britta Hütz	02359/7474
Donnerstag	17:30-18:15	Immer Fit/Funktionsgymnastik	28.05.	Jahnhalle	Dorette Vormann-Berg	0160 93 37 85 75
Donnerstag	18:30-19:30	Powergymnatik	28.05.	Jahnhalle	Dorette Vormann-Berg	02359/4062
Donnerstag	20:00-22:00	Aerobic-/Konditionsgymnastik	28.05.	Bismarckhalle	Stefanie Ziermann	02354/778018
Freitag	15:15-16:00	Tabata/HIIT	22.05.	Outdoor	Bärbel Weber	02359/1266
Freitag	17:00-18:30	Badminton Jugendliche	22.05.	Vierfeldhalle	Daniel Terehov	0157 86 58 67 10
Freitag	17:30-18:30	Hip Hop	22.05.	Vierfeldhalle	Maria Esposito	02359/4062
Freitag	18:00-20:15	Gerätturnen Mädchen ab 10	22.05.	Bismarckhalle	Uwe Hütz	02359/7473