

Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand 12.03.2024



Jahnhalle am Haunerbusch

Montag:

15:45-16:45 Turnwachtel I – Eltern-Kind 1-3 Jahre
16:45-17:45 Turnwachtel II – Eltern-Kind 1-3 Jahre
Katharina Morlinghaus, Tel. 0171 69 44 983

16:00 – 17:00 **Actionkids - Turnen/Bewegen
Mädchen/Jungen (6 – 8 Jahre)**

17:00 – 18:00 **Actionkids - Turnen/Bewegen
Mädchen/Jungen (8 - 12 Jahre)**
Große Halle
Zeynep Abanoz, Tel. 0157 38 24 35 59

17:45 – 18:45 **Taekwondo** (ab 6 Jahre)
Kleine Halle
Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69

18:15 – 19:15 **Power-Fatburnergymnastik für Frauen**
Große Halle/
Sportplatz
PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-ANGEBOT
Bärbel Weber, Tel. 02359 1266

19:00 – 20:00 **Bewegen statt Schonen/Pilates**
Kleine Halle
Erika Rüger, Tel. 02359 63 69

Dienstag:

16:00 – 17:30 **Gerätturnen Mädchen (6 – 11 Jahre)**
17:00 – 19:00 **Gerätturnen Mädchen (ab 11 Jahre)**
Große Halle
Britta Hütz, Tel. 02359 74 73

17:30 - 18:15 **Pilates I – kleine Halle**
18:15 – 19:00 **Pilates II – kleine Halle**
Bärbel Weber, Tel. 02359 12 66

19:00 – 20:30 **Kung Fu (Zusatzgebühr)**
Kleine Halle
Sönke Liedtke, 02353 1 24 72

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. 0160 76 27 488

16:30 -17:30 **Eltern-Kind- Gruppe XXS, 4 Jahre**
Große Halle
Andrea Matzner
Tel. 0160 76 27 488

18:30 – 19:30 **Taekwondo**
Kleine Halle
Anja Nordhaus, Tel. 02359 20 69

18:30 – 19:30 **Sport bei Arthrose/Wiedereinstieg in den Sport**
Frauen und Männer
Große Halle
PLUSPUNKT/GESUNDHEIT-ANGEBOT
Dorette Vormann – Berg, Tel. 0160 93 37 85 75

19:45 – 21:30 **Volleyball – Mixed**
Große Halle
Vanessa Cancelli, Tel. 0151 12 32 63 09

Donnerstag:

16:30-17:30 **Kinder in Bewegung ab 4 Jahre**
Große Halle
Luna Kempkes, Tel. 0151 56 07 38 73

17:30 – 18:30 **Immer fit/Funktionsgymnastik**
Kleine Halle
Jutta Bayav, Tel. 0175 32 37 783

18:30 – 20:00 **Kung Fu (Zusatzgebühr)**
Kleine Halle
Sönke Liedtke, Tel. 02353 1 24 72

18:30 – 19:30 **Powergymnastik**
Große Halle
Dorette Vormann – Berg, Tel. 0160 93 37 85 75

Freitag:

15:00 – 15:45 **Zumba – Kurs 12.04.-28.06.2024**
Große Halle
Vicky Xentidou
Infos/Anmeldung über Stefanie Ziermann:
Tel. 0171 53 09 263

16:15 – 17.45 **Gerätturnen Mädchen (6 – 12 Jahre)**
Große Halle
(Angebot nach Absprache)
Rebekka Großpietsch,
Tel. 02351 97 44 644

18:00 – 19.30 **Trimmen/Gymnastik für Männer**
Kleine Halle
Paul-Wilhelm Kieberger, Tel. 02359 21 61

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

Samstag:

14:00 – 15:00 **Qi Gong**
Jugendraum
Heike Lambrecht – Tel 02359 44 51

Reha-Sport

Am Vormittag:
Mittwoch
9:30 – 10:15
10:30 – 11:15
Aktuell ruht das Angebot um 9:30 Uhr
Bärbel Weber, Tel. 02359 12 66

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

**Es besteht die Möglichkeit, die Angebote kennenzulernen!
Bitte rufen Sie die Übungsleiter*innen an.**

Übungsangebot der Turnabteilung des TSV Kierspe 1879 / 1904

Stand 12.03.2024

Turnhalle Gesamtschule

Montag:

17:30 – 19:00 **Jungenfußball** „Just for Fun“, 12- 17 Jahre
Michael Bolgert - Kontakt per Mail:
michaelbolgert@gmail.com

18:30 – 20:30 **Karnevalstanzgruppe „Shining Stars“**
Jugendliche ab 15 Jahre
Angela Plänker, Tel. 0151 25 32 35 45

19:00 – 21:00 **Badminton Erwachsene, Jugendliche**
HaWe Möller, Tel. 0179 2 27 02 19

Dienstag:

17:00 – 18:30 **Dance Fantasy Stars
Mädchen 8-14 Jahre**
Angela Plänker, Tel. 0151 25 32 35 45

17:30 – 19:00 **Volleyball-Mixed ab 16 Jahre**
Jan Klinger – Kontakt per Mail:
jklinger28@gmail.com

19:00 – 21.00 **Badminton Jugendliche/ Erwachsene**
Janin Suppes, Tel. 0157 84 67 27 81

Mittwoch

16:15 – 18:00 **Trampolin für Kinder von 6-10 Jahre**
Julia Schindler, Tel. 0170 87 64 491

Freitag:

17:00 – 18:00 **Hip Hop, ab 15 Jahre**
Maria Esposito, Tel. 0176 83 42 72 05
17:00 – 18:30 **Badminton Kinder/Jugend** ab 11 Jahre
Elif Akkurt, Tel. 0176 84 92 50 029

18:30 – 20:00 **Volleyball Mixed ab 16 Jahre**
Jan Klinger – Kontakt per Mail:
jklinger28@gmail.com

Turnhalle Bismarckschule

Montag:

14:45 – 15:45 **Eltern – Kind Turnen (1-4 Jahre) I**
16:00 – 17:00 **Eltern – Kind Turnen (1-4 Jahre) II**
Kathrin Küch, Tel. 02269 70 85

17:00 – 18:15 **Sie-und-Er-Gruppe –**
Petra Rosenbach, Tel. 02351 40 128

18:15 – 20:30 **Gerätturnen Mädchen und Jungen**
Uwe Hütz, Tel. 02359 74 73

Dienstag:

17:00 – 18:30 **Gerätturnen Jungen** (6-12 Jahre),
(Wettkampfgruppe)

18:00 – 20:15 **Gerätturnen Jungen/Männer**
(Wettkampfgruppe)
Uwe Hütz, Tel. 02359 74 73

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

Mittwoch:

17:00 – 19:00 **Gerätturnen Mädchen, ab 6 Jahre**
Larissa Bungenberg, Tel: 0176 32 80 26 31

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

Donnerstag:

14:30 – 16:00 **Dschungelkids** (Kindergartenkinder)
Kathrin Küch, Tel. 02269 7085

16:45 – 19:00 **Gerätturnen Mädchen**
Britta Hütz, Tel. 02359 74 73

20:00 – 21:30 **Aerobic und Konditionsgymnastik
Angebot für Frauen 40plus**
Stefanie Ziermann, Tel. 0171 53 09 263

Freitag:

17:00 – 18:30 **Gerätturnen Jungen (6-12 Jahre)**
(Wettkampfgruppe und Einsteiger)

18:00 – 20:30 **Gerätturnen Jdl./Männer**
(Wettkampfgruppe)
Uwe Hütz, Tel. 02359 / 74 73

Outdoor

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

**Besucht uns auf der Homepage
www.tsvkierspe.de**

**Ansprechpartner der Turnabteilung:
Fachbereichsleiterin Gymnastik/Aerobic/Therapie**
Stefanie Ziermann, Tel. 0171 53 09 263
E-Mail: ziermann@tsvkierspe.de

Fachbereichsleiter Gerätturnen
Elena Krämer, Tel. 0176 20 17 63 01
E-Mail: hesse@tsvkierspe.de

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