

Übersicht der Trainingsstunden

Uhrzeit	Sparte	Gruppe	Übungsleiter/in	Helfer	Kontakt	Halle
Montag						
08.00 - 09.30 Uhr	Breitensport	Nordic Walking	Susi Robertz		02835 - 6763	wechselnde Orte
15.00 - 16.00 Uhr	Turnen	Eltern-Kinder-Turnen Kinder 1 - 3 Jahre	Nina Küppers	Liv Giesen Emma Küppers	01517 - 0431927	alte Halle
17.00 - 18.30 Uhr	Volleyball	Jugendtraining U14, U16	Julia Koch	Johanna Bosch	0173 - 7734978	neue Halle
18.30 - 20.00 Uhr	Volleyball	Damen 2	Thomas Roosen		0173 - 7734978	neue Halle
18.30 - 20.00 Uhr	Breitensport	Frauen 1	Sabrina Klink		02835 - 6668	alte Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Tanz	Orientalischer Tanz	Angie Schlegel		02835 - 4449987	Gymnastikraum / alte Halle (Winter)
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Frauen 2	Sabrina Klink		02835 - 6668	neue Halle
Dienstag						
10.00 - 11.30 Uhr	Breitensport	Frauen Ü65	Rosi Dümmichen		02835 - 5617	alte Halle
16.00 - 17.00 Uhr	Volleyball	Jugendtraining U13	Doris Vester	Sophie Vester Carolin Gores	0173 - 7734978	neue Halle
18.00 - 19:30 Uhr	ZUMBA®	Gemischte Gruppe	Angie Schlegel		02835 - 4449987	Gymnastikraum
18.30 - 20.15 Uhr	Volleyball	Damen 1	Claudia Aenstoos		0173 - 7734978	neue Halle
20.00 - 21.30 Uhr	Breitensport	Step Aerobic	Ria Paulus		02835 - 79513	Gymnastikraum
20.15 - 22.00 Uhr	Volleyball	Hobby Mixed, Spieltag	Thomas Roosen		02835 - 5533	neue Halle
Mittwoch						
10.00 - 12.00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Jürgen Bast Reiner Gossen		02835 - 6668 0177 - 1651517	Sportplatz alte Halle (Winter)
16.15 - 17.15 Uhr	Turnen	Kinderturnen 3 und 4 Jahre	Sabine Neumann	Nina Neumann	0162 - 1761556	neue Halle
17.15 - 18.30 Uhr	Turnen	Kinderturnen 5 und 6 Jahre	Sabine Neumann	Nina Neumann	0162 - 1761556	neue Halle
18.30 - 19.00 Uhr	Breitensport	Nordic Walking	Susi Robertz		02835 - 6763	wechselnde Orte
19.00 - 20.30 Uhr	Trampolin	Leistungsriege	Frank Polixa		02831 - 972332	neue Halle
19.00 - 20.15 Uhr	Breitensport	Walking und Fitness	Bodo Polixa Jürgen Bast Reiner Gossen		02835 - 87968 02835 - 6668 0177-1651517	alte Halle Sportplatz
18.00 - 19.30 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Jürgen Bast Reiner Gossen		02835 - 6668 0177-1651517	alte Halle Sportplatz
18.00 - 19.00 Uhr	ZUMBA®	Gemischte Gruppe	Angie Schlegel		02835 - 4449987	Gymnastikraum
19.30 - 20.30 Uhr	ZUMBA®	Gemischte Gruppe	Angie Schlegel		02835 - 4449987	Gymnastikraum
20.30 - 22.00 Uhr	Breitensport	Männer 2	Frank Polixa		02831 - 972332	neue Halle
Donnerstag						
09.00 - 10.00 Uhr	Prävention	Bewegt jung bleiben	Bodo Polixa		02831 - 87968	St. Antonius-Haus
10.00 - 11.00 Uhr	Prävention	Bewegt jung bleiben	Bodo Polixa		02831 - 87968	St. Antonius-Haus
17.00 - 18.30 Uhr	Volleyball	U 16	Joachim Koch	Laura de Lange Lena Siemons	0173 - 7734978	neue Halle
18.30 - 19.30 Uhr	Breitensport	Männer 3	Bodo Polixa		02835 - 87968	Gymnastikraum
18.30 - 20.00 Uhr	Volleyball	Damen 2 und 3	Oliver Tietze		0173 - 7734978	neue Halle
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball	Damen 1 und 2	Detlef Lampey		0173 - 7734978	neue Halle
Freitag						
14.30 - 15.45 Uhr	Volleyball	Anfänger, Ballgewöhnung	Doris Vester	Sophie Vester Maria Balmans	0173 - 7734978	neue Halle
15.45 - 17.00 Uhr	Volleyball	Jugendtraining U14	Doris Vester	Sophie Vester Maria Balmans	0173 - 7734978	neue Halle
16.00 - 17.30 Uhr	Turnen	Kinder 1. - 2. Schuljahr	Sabrina Hagmans	Marie van den Berg Jenny van den Berg	01578 - 6172933	alte Halle
17.00 - 18.45 Uhr	Turnen	Trampolingrouppe ab 9 Jahre	Frank Polixa	Leon Fischermanns	02831 - 972332	neue Halle
18.00 - 20.00 Uhr	Boule	Boule / Petanqué	Jürgen Bast Reiner Gossen		02835 - 6668 0177 - 1651517	alte Halle
18.45 - 20.15 Uhr	Turnen	Jugendliche	Frank Polixa		02831 - 972332	neue Halle
20.15 - 22.00 Uhr	Breitensport	Männer 1	Bodo Polixa		02831 - 87968	alte Halle
20.15 - 22.00 Uhr	Volleyball	Hobby Mixed	Thomas Roosen		02835 - 5533	neue Halle