

Badminton Kontakt **Simon Plumhoff** Tel. 0162-3453663

Mixed (für jeden) Mittwoch 20.30 – 22.00 Uhr
Freitag 19.00 – 20.30 Uhr

Kinder ab 6 und Jugend Samstag 10.00 – 11.00 Uhr

Basketball Kontakt **Thomas Hagen** Tel. 04238-943344

Junge Truppe Mittwoch 20.30 – 22.00 Uhr

Handball Kontakt **Sven Langer** Tel 0152-22912817

1. Herren Dienstag 20.30 – 22.00 Uhr Wilfried Kirst

Karate Kontakt **Mustafa Krasnici** Tel 04231-9009119
Werner Schatz Tel 01522-7837605

Kinder ab 6 und Jugend Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr (auch für Mütter)
Donnerstag 16.30 – 17.30 Uhr K. ab 6 + Jugend

Erwachsene und Jugend (Männer und Frauen) Dienstag 18.00 – 19.30 Uhr
Mittwoch 18.30 – 20.00 Uhr
Donnerstag 18.00 – 19.30 Uhr

Leichtathletik Kontakt **Jens Meyer** Tel. 04236-1750

Lauftreff (Sommer) Montag 18.30 – 19.30 Uhr Ab Vereinsheim
mit Walking (Winter) Samstag 15.00 – 16.00 Uhr

Bahntraining (Sportplatz) Freitag 17.30 – 19.00 Uhr Mai bis Oktober

Mini-Leichtathleten (Halle) Montag 16.30 – 17.30 Uhr Petra Krumm
Tel. 04236-942556

Schüler/-innen (ca. 8-14 J.) Montag 17.30 – 19.00 Uhr Wolfgang Ruten
Tel. 04236-943130

Jugend (ca. 14 – 20 Jahre) Freitag 17.30 – 19.00 Uhr Jens Meyer

Sportabzeichen (Training nach Absprache) Montag 18.30 – ca. 21 Uhr Gerda Wöbse
und Erich Kreusel
Dienstag 17.30 – 19.00 Uhr Lothar Möckel

Weitere Sportarten wie Boule, Beachvolleyball und Wandern siehe Vereinshomepage

Tennis Kontakt **Rainer Bohlius** Tel. 04236-1428

Herren Montag 11.00 – 15.00 Uhr
Mittwoch

Training - Damen Mittwoch 09.00 – 11.00 Uhr Damen II
18.00 – 20.00 Uhr Damen I

Kindertennis Donnerstag 15.00 – 16.00 Uhr

Turnen-Gymn. Kontakt **Anneliese Gogel**

Eltern-Kind-Turnen Montag 15.30 – 16.30 Uhr Doris Rott

Familien/Kinderturnen Montag 16.30 – 17.30 Uhr Manuela Bortfeld

Rückenschule/Wirbelsäule Montag 18.00 – 19.15 Uhr Renate Drews

Damengymnastik 50 plus Montag 19.00 – 20.00 Uhr Silvia Oehlich

Zumba Montag 19.30 – 20.30 Uhr Saskia Kuhnath

Turnen für Ältere Dienstag 14.15 – 15.15 Uhr Renate Drews

Funktionsgymnastik für alle Dienstag 19.30 – 20.45 Uhr Petra Bunte

Wassergymnastik Verwell Mittwoch 07.45 – 08.30 Uhr Silvia Oehlich

Skigymnastik Sie & Er Mittwoch 19.30 – 20.30 Uhr Ulla Redenius &
Sophie Trauernicht

Fitness für Frauen Donnerstag 20.00 – 21.30 Uhr Christine Reinhardt
14-tägig im Wechsel mit (Gymnastikhalle)
Yoga Kathrin Miluzki

Funktionsgymn. Handball Donnerstag 20.30 – 22.00 Uhr Gerda Wöbse

Tanzen (im Vereinsheim) Freitag Ab 19.00 Uhr Kalle Koch
2 x monatlich Gabi Voß-Thomas

Volleyball

Mixed Mittwoch 20.30 – 22.00 Uhr

Geschäftsstelle Angelika Wuschisch-Gerietzen Tel. 04236 - 1667

