

Badminton Kontakt Simon Plumhoff Tel. 0162-3453663

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

Kinder ab 6 und Jugend	Samstag	9.30 – 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 Werner Schatz Tel 04231-9009119 Tel 01522-7837605

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

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

Leichtathletik Kontakt Jens Meyer Tel. 04236-1750

Lauffreff (Sommer)	Montag	18.30 – 19.30 Uhr	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	Wolfgang Ruten
------------------------------------	--------	-------------------	----------------

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 Dienstag	18.30 – ca. 21 Uhr 17.30 – 19.00 Uhr	Gerda Wöbse Lothar Möckel 04236-1444
--	--------------------	---	--

Weitere Sportarten wie Boule, Beachvolleyball und Wandern siehe Vereinshomepage

Tennis Kontakt Rainer Bohlius Tel. 04236-1428

Herren	Mo. + Mi.	11.00 – 15.00 Uhr	
---------------	-----------	-------------------	--

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

Turnen-Gymn. Kontakt Anneliese Gogel

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

Familien/Kinderturnen	Montag	16.30 – 17.30 Uhr	Michaela Bortfeld
------------------------------	--------	-------------------	-------------------

Rückenschule/Wirbelsäule	Montag	18.00 – 19.15 Uhr	Renate Drews
---------------------------------	--------	-------------------	--------------

Damengymnastik 50 plus	Montag	19.00 – 20.00 Uhr	Silvia Oehlrich
-------------------------------	--------	-------------------	-----------------

Zumba	Montag	19.30 – 20.30 Uhr	Saskia Kuhnath
--------------	--------	-------------------	----------------

Turnen für Ältere	Dienstag	14.15 – 15.15 Uhr	Renate Drews
--------------------------	----------	-------------------	--------------

Bauchtanz Frauen (und Mädchen ab 15 Jahre)	Dienstag	18.30 – 19.30 Uhr (Vereinsheim)	Madleen Köhler Tel. 04236-9996704
--	----------	------------------------------------	--------------------------------------

Funktionsgymnastik für alle	Dienstag	19.30 – 20.45 Uhr	Petra Bunte
------------------------------------	----------	-------------------	-------------

Wassergymnastik Verwell	Mittwoch	07.45 – 08.30 Uhr	Silvia Oehlrich
--------------------------------	----------	-------------------	-----------------

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

Fit ohne Geräte	Donnerstag	20.00 – 21.00 Uhr (Vereinsheim)	Jörg Baudach
------------------------	------------	------------------------------------	--------------

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

Funktionsgymn. Handball	Donnerstag	20.30 – 22.00 Uhr	Gerda Wöbse
--------------------------------	------------	-------------------	-------------

Tanzen (im Vereinsheim)	Freitag	2 x monatlich 19 h	Kalle Koch
--------------------------------	---------	--------------------	------------

Volleyball

Mixed	Mittwoch	19.00 – 21.00 Uhr	
--------------	----------	-------------------	--

Geschäftsstelle Angelika Wuschisch-Gerrietzen	Tel. 04236 - 1667
---	-------------------

