

Montag

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

17:45 – 19:00

19:00 – 20:00

20:00 – 21:30

Große Turnhalle (Schulzentrum)

20:00 – 22:00

Dienstag

Vereinsheim (August-Hinrichs-Str.)

18:00 – 19:00

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

18:00 – 19:00

19:00 – 20:00

20:00 – 21:00

Große Turnhalle (Schulzentrum)

19:30 – 21:30

20:00 – 22:00

Mittwoch

Vereinsheim (August-Hinrichs-Str.)

10:00 – 11:30

13:30 – 17:30

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

08:30 – 09:30

18:00 – 19:00

19:15 – 20:15

20:30 – 21:30

Große Turnhalle (Schulzentrum)

16:00 – 18:00

16:30 – 18.00

18:00 – 19:00

Fit-Biking

Matthias Dietrich 0152 22605543

Reha-Sport, Frauen und Männer

Gaby Penschorn 04461 / 74 85 814

Turnen/Gymnastik, Frauen

Susanne Jagelmann 04463 / 942359

Korfball, Frauen, Männer, Jugend

Eike Bruhnken/Elke Ortgies 04463/448

Walking

Inge Schmidt 04463 / 1337

Pilates

Johanne Rehberg 0170/9585810

Zumba

Meral Becker-Kocas 0162/2473904

Fit-Biking

Matthias Dietrich 0152 22605543

Prellball, Gymnastik, Herren

Bernd Crudopf 04463/13 65

Volleyball – Hobby Damen

Uwe Hagestedt 04463 / 1493

Krabbelgruppe

Gesa Mennen 04463/8089280

Radfahren

Margret Frerichs 04463 / 5996

Nordic Walking

Reha-Sport, Frauen und Männer

Gesundheitssport, Frauen und Männer

Body-Power, Frauen

Gaby Penschorn 04461 / 74 85 814

Basketball, weibliche Jugend

Wiebke Müller 0151 11504571

Sport- Fun

Matthias Dietrich 0152 22605543

Laufgruppe/Leichtathletik ab 14 Jahre

Matthias Dietrich 0176 / 96022772

Donnerstag

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

09:30 – 10:30

17:45 – 19:00

(alle 14 Tage ungerade KW)

15:00 – 16:00

19:00 – 20:00

20:00 – 22:00

Aula Grundschule Hohenkirchen (Alma-Rogge-Weg)

19:00 – 20:00

Freitag

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

14:45 – 15:45

16:00 – 17:00

17:00 – 18:30

18:30 – 20:00

20:00 – 21:30

Große Turnhalle (Schulzentrum)

16:00 – 17:30

16:00 – 17:30

18:00 – 20:00

Sonntag

Kleine Turnhalle (Ringstraße)

10:00 – 11:00

Schwimmen

„Die Wasserratten“

Monatlich in Verbindung mit

der Gruppe Sport-Fun

Gesundheitssport, Frauen und Männer

Gaby Penschorn 04461 / 74 85 814

Fit-Biking

Matthias Dietrich 0152 22605543

Spiel und Sport für Senioren

Gaby Penschorn 04461 / 74 85 814

Wirbelsäulengymnastik, Frauen u. Männer

Ingegerd Millahn 0 44 23 / 69 19

Volleyball – Hobby - Männer

Reinhard Busma 0 44 63 / 17 78

Zumba

Meral Becker-Kocas 0162/2473904

Zumba für Kids

Meral Becker-Kocas 0162/2473904

Jiu-Jitsu, Kinder 3 – 5 Jahre

Jiu-Jitsu, Kinder 6 – 9 Jahre

Jiu-Jitsu, Kinder 10 – 14 Jahre

Christian u. Michaela Arians 0 44 63 / 32 45 80

Jiu-Jitsu, Jugendliche/Erwachsene

Christian Arians 0 44 63 / 32 45 80

Vater-Mutter-Kind-Turnen

Katrin Kohl 0162/9371789

Kinderturnen 3 – 6 Jahre

Ina Leuchtenberger 0 44 63 / 54 90

Badminton, Frauen, Männer u. Jugend

Frank Munderloh 04463/808702

Laufgruppe

Sascha Riedel 04463/80 99 833

Termine - Info bei:

Matthias Dietrich 0152 22605543

Katja Zubrod 0178 / 8333060

Tennis – Sommer- und Wintertraining für Jugendliche

Das Jugendtraining findet im Sommer regelmäßig an verschiedenen Tagen auf der vereinseigenen Tennisanlage statt. Im Winter wird in eine Halle ausgewichen.

Information und Termine bei

Erwin Poth 0 44 63 / 15 41