



# Unser Sportprogramm

02.10.2017

Sportart/ Sportgruppe	Alter/ Hinweise	Gru.- Kenn	Zu- schlag	Üb.- Tag	Halle/ Übungsort		Übungsleiter	Hinweis
					von	bis		
<b>Turnen (Kinder)</b>								
Krabbelgruppe	1 - 2 Jahre	TKB02		Do	15,00	16,00	Sporthalle 1/2	Dausch, Gunda
Eltern/Kind-Turnen	2 - 4 Jahre	TKE07		Mon	14,45	15,45	Sporthalle 1	Dausch, Gunda
Eltern/Kind-Turnen	2 - 4 Jahre	TKE07		Mon	15,45	16,45	Sporthalle 1/2	Dausch, Gunda
Allg. Kinderturnen	4 - 5 Jahre	TKA01		Die	15,00	16,00	Sporthalle 1/2	Decker, Corinna
Allg. Kinderturnen	6 - 7 Jahre	TKA13		Die	16,00	17,00	Sporthalle 1/2	Decker, Corinna
<b>Turnen (Geräte)</b>								
Gerätturnen Mädchen	5 - 10 Jahre	TGM04		Do	16,00	18,00	Sporthalle 1	Riedel, Marion
Gerätturnen/TeamGym	8 - .. Jahre	TGM03		Mon	17,00	19,00	Sporthalle 1/2	Riedel, Marion
Gerätturnen Mädchen	ab 10 Jahre	TGX03		Frei	16,30	18,00	Sporthalle 1	Dausch, Anika
TeamGym	11 - .. Jahre	TGM03		Do	17,00	19,00	Sporthalle 1	Riedel, Marion
Gerätturnen Jungen	6 - 18 Jahre	TGJ01		Frei	16,30	18,30	Sporthalle 2	Garbis, Michael
Trampolinturnen	8 - 12 Jahre	TGT01		Mit	17,00	18,30	Sporthalle 2	Böhling, Gebhard
Trampolinturnen	13 - .. Jahre	TGT01		Mit	18,30	20,00	Sporthalle 2	Böhling, Gebhard
<b>Turnen (Frauen)</b>								
Allg. Gymnastik	Frauen(!)	TFG01		Mit	19,30	21,00	Gymnastikraum	Schaper, Rita
Bauch, Beine, Po	Frauen	TFG06		Mit	17,30	18,30	Gymnastikraum	Minkner, Anke
<b>Turnen (Männer)</b>								
Gerätturnen Männer	Männer	TMG01		Die	20,00	22,00	Sporthalle 1/2	Böhling, Gebhard
Gymn./Spiele/Turnen	Männer	TMG02		Frei	20,00	22,00	Sporthalle 2	Janischik, Werner
<b>Fitness und Spiel</b>								
Fitness und Spiel	Männer	BAF01		Do	20,00	22,00	Sporthalle 1/2	Pollmann, Jörg
Fitness und Spiel	Frauen	BAF05		Mon	19,30	21,30	Sporthalle 2	Minkner, Anke
<b>Turnen (Tanz, Aerobic)</b>								
Tanzen	4 - 6 Jahre	TTJ04		Mit	15,15	16,15	Gymnastikraum	Dausch, Gunda
Jazzdance	7 - 12 Jahre	TTJ06		Die	17,00	18,00	Gymnastikraum	Janßen, Lina
Step-Aerobic, Bodystyling	Frauen	TTA02	Z02	Mon	18,30	19,30	Gymnastikraum	Wilken, Gesa
Fröhlicher Tanzkreis	Frauen/Männer	TTS02		Mon	9,45	11,15	Gymnastikraum	Stieglitz, Frauke
Zumba	Frauen/Männer	TTZ01	Z03	Mit	18,30	19,30	Gymnastikraum	König, Sonja
<b>Basketball</b>								
Basketball	Erw./Jug. ab 15	BAB01		Mit	20,00	22,00	Sporthalle 1/2	Jürgensen, Holger
Basketball	Jung/Mädch 10-16	BAB02		Mon	19,00	20,00	Sporthalle 1	Janssen, Hans
Basketball	Jung/Mädch 10-16	BAB02		Do	19,00	20,15	Sporthalle 2	Jürgensen, Holger
<b>Badminton</b>								
Badminton	Jugend	BAM03		Mit	17,00	19,00	Sporthalle 1	Jongbloed, Imke
Badminton	Erwachsene	BAM01		Mon	20,00	21,00	Sporthalle 1	Lassowski, Kai-Uwe
Badminton	Erwachsene	BAM02		Frei	20,00	22,00	Sporthalle 1	Lassowski, Kai-Uwe
<b>Tischtennis</b>								
Tischtennis	6 -11 Jahre	BAT06		Mit	16,30	19,00	GS Jungfernbusch	Göken, Christian
Tischtennis	6 -11 Jahre	BAT01		Frei	16,00	18,00	GS Jungfernbusch	Lipinski, Georg
Tischtennis	ab 11 Jahre	BAT07		Mit	19,00	22,00	GS Jungfernbusch	Bender, Horst
Tischtennis	ab 11 Jahre	BAT02		Frei	18,00	21,00	GS Jungfernbusch	Lipinski, Georg
Tischtennis	50 Plus	BAT04		Die	10,00	12,00	Sporthalle 1/2	Böhling, Ewald



# Unser Sportprogramm

02.10.2017

Sportart/ Sportgruppe	Alter/ Hinweise	Gru.- Kenn	Zu- schlag	Üb.- Tag	Halle/ Übungsort		Übungsleiter	Hinweis		
					von	bis				
<b>Selbstverteidigung</b>										
ESV (Effektive	Erw./Jugendl.	KSV03	Z04	Die	19,00	21,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	für jedermann	
ESV (Effektive	Erw./Jugendl.	KSV05	Z04	Do	16,00	18,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz		
ESV (Effektive	Kinder/Jugend	KSV01	Z04	Frei	16,00	17,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz		
ESV (Effektive	Kinder/Jugend	KSV01	Z04	Frei	17,00	18,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz		
ESV (Effektive	Kinder/Jugend	KSV02	Z04	Frei	18,00	19,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz		
ESV (Effektive	Erw./Jugendl.	KSV06	Z04	Frei	19,00	21,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz		
<b>Turnen (Gesundheit)</b>										
Yoga	Frauen/Männer	TWY06	Z01	Frei	9,00	10,30	Gymnastikraum	Striowsky, Tomma	nach den Osterferien nach den Herbstferien	
Yoga	Frauen/Männer	TWY07	Z01	Mon	19,45	21,15	Gymnastikraum	Striowsky, Tomma		
Wirbelsäulengymnastik	Frauen/Männer	TWW01		Die	9,15	10,15	Gymnastikraum	Schaper, Rita		
Wirbelsäulengymnastik	Frauen/Männer	TWW02		Die	10,30	11,30	Gymnastikraum	Schaper, Rita		
Wellfit Pilates	Frauen/Männer	TWP02	Z01	Do	19,15	20,15	Gymnastikraum	Klingberg, Ulrike		
Wellfit Pilates	Frauen/Männer	TWP01	Z01	Die	19,00	20,00	Sporthalle 1	Klingberg, Ulrike		
60 Plus Gymnastik Sie+Er	Frauen/Männer	TWS01		Mit	9,45	11,15	Gymnastikraum	Striowsky, Tomma		
Fitness und Spiel	Frau/Männ 50+	TWS03		Die	19,00	20,00	Sporthalle 2/Fitnessr	Albersmann, Petra		
Walking II	Frauen/Männer	TWA01		Do	9,00	10,00	Treff TuS-Parkplatz	Schaper, Rita		
Walking I	Frauen/Männer	TTA01		Mon	17,30	18,30	Treff TuS-Parkplatz	Schaper, Rita		
Walking I	Frauen/Männer	TWA01		Mon	14,30	15,30	Treff TuS-Parkplatz	Schaper, Rita		
<b>Leichtathletik</b>										
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01		Die	15,00	16,00	Sportplatz Beethovens	Meyer-Hasselhorn,		nach Osterferien
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02		Die	16,00	17,00	Sportplatz Beethovens	Meyer-Hasselhorn,		nach Osterferien
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03		Die	17,00	18,00	Sportplatz Beethovens	Kraft, Claas		nach Osterferien
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01-2		Frei	17,00	18,00	Sportplatz Beethovens	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien	
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02-2		Frei	18,00	19,00	Sportplatz Beethovens	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien	
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03-2		Frei	18,00	20,00	Sporthalle 1/2	Jörgens, Thorsten	nach Osterferien	
<b>Leichtathletik</b>										
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01		Die	15,00	16,00	GS Oestringfelde	Meyer-Hasselhorn,	nach Herbstferien	
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02		Die	16,00	17,00	GS Oestringfelde	Meyer-Hasselhorn,	nach Herbstferien	
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03		Die	17,00	18,30	Sportplatz Beethovens	Kraft, Claas	nach Herbstferien	
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01-2		Frei	14,30	15,30	Sporthalle 1/2	Meyer-Hasselhorn,	nach Herbstferien	
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02-2		Frei	15,30	16,30	Sporthalle 1/2	Meyer-Hasselhorn,	nach Herbstferien	
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03-2		Frei	18,00	20,00	Sporthalle 1/2	Jörgens, Thorsten	nach Herbstferien	
<b>Triathlon</b>										
Triathlon	Erwachsene	TR01		Mon	18,00	19,30	Nautimo Wilhelmshaven	Eilers, Cord	Schwimmtraining (Winter)	
Triathlon	Erwachsene	TR01		Do	19,30	20,30	Treff TuS-Parkplatz	Kraft, Claas	Lauftraining	
Triathlon	Erwachsene	TR01		So	10,00	12,00	Treff TuS-Parkplatz	Eilers, Cord	Radtraining	
<b>Geräte-Fitness</b>										
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT02	Z05	Mon	9,30	11,30	Fitnessraum	Janßen, Anke		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT02	Z05	Mon	18,00	20,00	Fitnessraum	Zeit, Petra		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT04	Z05	Mit	9,30	11,30	Fitnessraum	Bergers, Hermann		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT04	Z05	Mit	17,00	19,00	Fitnessraum	Zeit, Jürgen		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT04	Z05	Mit	19,00	21,00	Fitnessraum	Risse, Thorsten		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT06	Z05	Frei	9,30	11,30	Fitnessraum	Janßen, Anke		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT06	Z05	Frei	17,00	19,00	Fitnessraum	Freese, Björn		
Geräte-Fitness	Erwachsene	GFT07	Z05	Sa	10,00	12,00	Fitnessraum	Müller, Jann		