



Unser Sportprogramm

10.05.2017

Sportart/ Sportgruppe	Alter/ Hinweise	Gru.- Kenn	Zu- schlag	Üb.- Tag	Übungszeit von bis	Halle/ Übungsort	Übungsleiter	Hinweis
Turnen (Kinder)								
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	
Turnen (Geräte)								
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	für jederman ab 21.10.16
Gerätturnen Mädchen	ab 10 Jahre	TGX03		Frei	16,30 18,00	Sporthalle 1/2	Dausch, Anika	
TeamGym	11 - .. Jahre	TGM0		Do	17,00 19,00	Sporthalle 1	Riedel, Marion	
Gerätturnen Jungen (Wettk.)	8 - ... Jahre	TGJ01		Die	17,00 19,00	Sporthalle 1/2	Münster, Udo	
Gerätturnen Jungen (Wettk.)	8 - ... Jahre	TGJ01		Frei	18,00 20,00	Sporthalle 1/2	Münster, Udo	
Gerätturnen Jungen	6 - 14 Jahre	TGJ01		Sa	10,30 12,30	Sporthalle 1/2	Garbis, Michael	Turnen neu entdecken
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	
Turnen (Frauen)								
Allg. Gymnastik	Frauen(I)	TFG01		Mit	19,30 21,00	Gymnastikraum	Schaper, Rita	
Bauch, Beine, Po	Frauen	TFG06		Mit	17,30 18,30	Gymnastikraum	Minkner, Anke	
Turnen (Männer)								
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	
Fitness und Spiel								
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	
Turnen (Tanz, Aerobic)								
Tanzen	4 - 6 Jahre	TTJ04		Mit	15,15 16,15	Gymnastikraum	Dausch, Gunda	
Jazzdance	7 - 12 Jahre	TTJ06		Die	17,00 18,00	Gymnastikraum	Jäger, Jane	
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	
Basketball								
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 Joachim	
Basketball	Jung/Mädch 10-16	BAB02		Do	19,00 20,15	Sporthalle 2	Jürgensen, Holger	
Badminton								
Badminton	Jugend	BAM03		Mit	17,00 19,00	Sporthalle 1	Schossow, Julia	
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	
Tischtennis								
Tischtennis	6 -11 Jahre	BAT06		Mit	17,30 19,00	GS Jungfernbusch	Ludwig, Dieter	
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

10.05.2017

Sportart/ Sportgruppe	Alter/ Hinweise	Gru.- Kenn	Zu- schlag	Üb.- Tag	Übungszeit von bis		Halle/ Übungsort	Übungsleiter	Hinweis
Selbstverteidigung									
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Erw./Jugendl.	KSV03	Z04	Die	19,00	21,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Erw./Jugendl.	KSV05	Z04	Do	16,00	18,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	für jedermann
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Kinder/Jugend	KSV01	Z04	Frei	16,00	17,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Kinder/Jugend	KSV01	Z04	Frei	17,00	18,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Kinder/Jugend	KSV02	Z04	Frei	18,00	19,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	
ESV (Effektive Selbstverteidigung)	Erw./Jugendl.	KSV06	Z04	Frei	19,00	21,00	Gymnastikraum	Adolph, Karl-Heinz	
Turnen (Gesundheit)									
Yoga	Frauen/Männer	TWY06	Z01	Frei	9,00	10,30	Gymnastikraum	Striowsky, Tomma	
Yoga	Frauen/Männer	TWY07	Z01	Mon	19,45	21,15	Gymnastikraum	Striowsky, Tomma	
Wirbelsäulengymnastik	Frauen/Männer	TWW		Die	9,15	10,15	Gymnastikraum	Schaper, Rita	
Wirbelsäulengymnastik	Frauen/Männer	TWW		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/Fitness	Albersmann, Petra	
Walking II	Frauen/Männer	TWA0		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	nach den Osterferien
Walking I	Frauen/Männer	TWA01		Mon	14,30	15,30	Treff TuS-Parkplatz	Schaper, Rita	nach den Herbstferien
Leichtathletik									
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01		Die	15,00	16,00	Sportplatz Beethoven	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02		Die	16,00	17,00	Sportplatz Beethoven	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03		Die	17,00	18,00	Sportplatz Beethoven	Kraft, Claas	nach Osterferien
Leichtathletik	Kinder 5 - 8 Jahre	LA01-2		Frei	17,00	18,00	Sportplatz Beethoven	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien
Leichtathletik	Kinder 9 - 11 Jahre	LA02-2		Frei	18,00	19,00	Sportplatz Beethoven	Meyer-Hasselhorn,	nach Osterferien
Leichtathletik	Jugend ab 12	LA03-2		Frei	17,00	19,00	Sportplatz Beethoven	Jürgens, Thorsten	nach Osterferien
Leichtathletik									
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 Beethoven	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	17,00	19,00	GS Oestringfelde	Jürgens, Thorsten	nach Herbstferien
Triathlon									
Triathlon	Erwachsene	TR01		Mon	18,00	19,30	Nautimo Wilhelmshave	Eilers, Cord	Schwimmtraining
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
Geräte-Fitness									
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	