

Trainingszeiten

Aktualisiert Donnerstag, 10. Januar 2019 um 10:49 Uhr

□

Montag:

08.30 - 10.00 Uhr

17.00 - 18.00 Uhr

□ **Nordic Walking**

Mädchen 6 - 9 Jahre

Fitness-Gymnastik, Turnen,
Trampolinturnen und Ballspiele

18.00 - 18.45 Uhr

18.45 - 19.30 Uhr

Mädchen ab 10 Jahre

Trainingszeiten

Aktualisiert Donnerstag, 10. Januar 2019 um 10:49 Uhr

Fitness-Gymnastik, Turnen,
Trampolinturnen und Ballspiele

Frauengymnastik

19.30 - 20.30 Uhr **Body Fit**
für Frauen und Männer
20.30 - 22.00 Uhr

Frauen Ballspielgruppe u.a. Volleyball, Faustball, Basketball, Handball, Badminton

Mittwoch:

□

18.00 - 19.00 Uhr

19.00 - 20.00 Uhr

20.15 - 21.30 Uhr

□ **Funktionsgymnastik**

□ **Wirbelsäulengymnastik**

Trainingszeiten

Aktualisiert Donnerstag, 10. Januar 2019 um 10:49 Uhr

u.a. Volleyball, Faustball, Basketball, Handball, Badminton
Ein Allroundprogramm für Männer

Abteilungsleiter:

Britta Schikowski □□□□□□□□□□□□□□□□ **Tel.612420**

Übungsleiter:

Siegward N. Warkind, Tel.616883

Meike Federning Turn- und Rhythmgymnastik Tel. 9718

Meike Federning Rhythmische Turn- und Rhythmgymnastik Tel. 9718

Iris Dzikowski Mädchen Tel.2727

Iris Dzikowski Eltern-Kind-/ Kleinkinder Tel. 2727

Marianne Franke Tischtennis Ballsp.-Gruppe Tel.8505

Bernd Lentz "U50 Herren" Tel. 3631

