

UNSERE ÜBUNGSZEITEN					
	ÜBUNGSLEITER	HALLE	WOCHENTAG	UHRZEIT	ALTER
<b>Allgemeines Kinderturnen</b>					
Eltern/Kind-Turnen <i>Turn-Bärchen-Bande</i>	Nadine Hilke, Regine Camps	Ballspielhalle	Freitag	16:00 – 17:30	1 ½ – 3 ½
Kinderturnen, Mädchen und Jungen <i>Turnkätzchen</i>	Nadine Hilke, Regina Camps mit Lena und Charlotte	Ballspielhalle	Montag	15:15 – 16:15	ab 3 ohne Eltern
Turnen für Mädchen, <i>Herzchen Gerätturnen</i> <i>wir fangen schon klein an</i>	Nadine Hilke, Regine Camps	Ballspielhalle	Montag	16:15 – 17:15	ab 5
Turnen für Mädchen, - <i>Gerätturnen</i>	Regina Großbek, Daniela Bothe und Udo Deister	Ballspielhalle	Montag	17:00 – 18:30	ab 8
Turnen für Mädchen, - <i>fortgeschritten</i>	wird z. Z. nicht angeboten				
Turnen für Jungen	Anna Jarcevskij	Kleine GS-Halle	Mittwoch	16:45 – 18:00	6 – 11
<b>Erwachsenensport</b>					
Gymnastik Damen	Wieslawa Eschholz	Gymnastikraum	Montag	18:45 – 20:00	
Gymnastik Damen	Christa Schecker	Gymnastikraum	Mittwoch	19:00 – 19:45 19:45 – 20:30	
Aerobic/Step	Claudia Gilke	Kleine GS-Halle	Montag	20:00 – 21:30	
Bauch – Beine – Po	Manfred Schecker	Gymnastikraum	Dienstag	19:45 – 21:15	
Fitness für Frauen	Fiete Schultz	Gymnastikraum	Donnerstag	17:00 – 18.30	
Gymnastik Senioren gemischt	Anna Jarcevskij	Kleine GS-Halle	Mittwoch	15:30 – 16:45	
Gymnastik Männer – Trimm-Dich	Otto Oetker	Ballspielhalle	Montag	18:15 – 19:30	
Nordic Walking der Damen	Sonja Wrede	Treffpunkt	Mo + Fr	9:00	
Nordic Walking der Herren	Jürgen Weber	Berliner Platz	Mi	8:30	
<b>Ballspiele</b>					
Prellball	Gisela Fangrat	Kleine GS-Halle	Freitag	19:45 – 22:00	
Faustball	Gerhard Germer	Ballspielhalle	Freitag	19:00 – 20:30	
<b>Kursprogramm</b>					
Sportabzeichenabnahme auf dem Sportplatz	Antje, Heinz, Dieter und Jürgen	Sportplatz	Montag	18:30 – 20:00	nur im Sommer
Body Workout	Anna Emde	Kleine GS-Halle	Montag	19:00 – 20:00	
Gedächtnistraining	Sonja Wrede	Haus am Pappaul, 1. OG	Montag	15:30 – 17:00	

UNSERE ÜBUNGSZEITEN					
	ÜBUNGSLEITER	HALLE	WOCHENTAG	UHRZEIT	ALTER
<b>Wettkampf</b>					
Trixis	Anna-Lina Meyer, Manja van Hülst	Ballspielhalle	Montag	16:00 – 18:00	6 – 12
		Kleine GS-Halle	Donnerstag	16:30 – 17:30	
Tiger	Manuela Binaschek, Amelie Wenzel (Mi)	Ballspielhalle	Mittwoch	18:15 – 19:45	13 – 15
		Ballspielhalle	Freitag	16:00 – 17:30	
Flummis	Mara Laubsch (Mo), Julika Deister (Mi)	Ballspielhalle	Montag	16:15 – 19:00	13 – 16
		Ballspielhalle	Mittwoch	18:15 – 19:45	
ALL IN	Manuela Binaschek	Ballspielhalle	Mittwoch	18:15 – 19:45	ab 16