

Ab auf die Inseln! - jetzt auch Indoor

15.06. - 20.06.2020

Badminton

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Freitag	17:45	18:45	Badminton ab 11 J.	Halle 1-3	Truhart-Tschorn, Arne	19.06.2020
Freitag	19:00	20:00	Badminton Erwachsene	Halle 1-3	Truhart-Tschorn, Arne	19.06.2020
Freitag	20:15	21:45	Badminton Erwachsene	Halle 1-3	Stengel, Werner	19.06.2020

Ballsport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	20:15	22:00	Volleyball - 4.+5.Herren	Halle 1-3	n., n.	nach Absprache
Montag	20:45	22:00	Volleyball - 1.Herren	Halle 9	n., n.	nach Absprache
Dienstag	11:00	12:00	Prellball	Halle 9	n., n.	16.06.2020
Dienstag	17:45	18:45	Volleyball - 2.Damen	Halle 1-3	n., n.	nach Absprache
Dienstag	18:30	19:30	Rugby - Jugend	Rasenplatz	Leba, Johannes	16.06.2020
Dienstag	19:00	20:30	Volleyball - 1.Damen	Halle 9	n., n.	nach Absprache
Dienstag	19:00	20:00	Volleyball - 2.Damen	Halle 1-3	n., n.	nach Absprache
Dienstag	20:45	22:00	Volleyball 4.Damen	Halle 9	n., n.	nach Absprache
Mittwoch	19:00	20:30	Volleyball - 4.+5.Herren	Halle 1-3	n., n.	nach Absprache
Mittwoch	20:45	22:00	Volleyball - 1.Herren	Halle 1-3	n., n.	nach Absprache
Donnerstag	18:30	19:30	Rugby - Jugend	Rasenplatz	Shkemi, Julio Cezar	18.06.2020
Freitag	19:45	21:15	Volleyball Fitness	Rasenplatz	n., n.	nach Absprache
Freitag	20:15	22:00	Volleyball - 1.Damen	Halle 9	Ohne Trainer	nach Absprache

Eltern-Kind-Sport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	10:30	11:30	Eltern-Kind-Sport	Rasenplatz	Truhart-Tschorn, Arne	15.06.2020
Montag	15:30	16:15	Kreativer Kindertanz	Halle 1-3	Schöllhammer, Winona	15.06.2020
Dienstag	10:30	11:30	Eltern-Kind-Sport	Rasenplatz	Truhart-Tschorn, Arne	16.06.2020
Mittwoch	16:15	17:15	nappy dancers - 20-40 Monate	Rasenplatz	Postera, Wiebke	17.06.2020
Donnerstag	10:00	11:00	Kangatraining®	Halle 9	n., n.	nach Absprache
Donnerstag	15:30	16:15	Eltern-Kind-Sport	Halle 1-3	Truhart-Tschorn, Arne	18.06.2020
Freitag	11:15	12:15	Eltern-Kind-Sport	Halle 1-3	Truhart-Tschorn, Arne	19.06.2020

Fechten

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Dienstag	16:00	17:00	Fechten - Kinder und Jugend	Rasenplatz	Theiß, Sebastian	16.06.2020
Dienstag	17:15	18:15	Fechten - Erwachsene	Rasenplatz	Theiß, Sebastian	16.06.2020
Samstag	14:30	15:30	Fechten - Kinder und Jugend	Rasenplatz	Theiß, Sebastian	20.06.2020
Samstag	16:00	17:00	Fechten - Erwachsene	Rasenplatz	Theiß, Sebastian	20.06.2020

Fitness

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	11:30	12:30	BBP	Halle 5	Schade, Nadia	15.06.2020
Montag	17:45	18:45	Fitnessmix	Halle 1-3	Westendorf, Britta	15.06.2020
Montag	18:30	19:30	Functional Fitness	Rasenplatz	Albers, Sean	15.06.2020
Montag	19:00	20:00	Fatburner	Halle 1-3	Westendorf, Britta	15.06.2020
Mittwoch	18:45	19:45	Functional Fitness	Rasenplatz	Albers, Sean	17.06.2020
Donnerstag	10:15	11:15	Bodystyling	Halle 5	Albers, Susanne	18.06.2020
Donnerstag	10:30	11:30	Aerobic + Bodyforming	Rasenplatz	Zapekina, Aleksandra	18.06.2020
Donnerstag	11:45	12:45	XCO Shape	Halle 9	Albers, Susanne	18.06.2020
Donnerstag	18:15	19:15	Athleticflow	Halle 5	Schroeter, Lisa Carolin	18.06.2020
Donnerstag	19:00	20:00	Step Aerobic	Halle 9	Kutsch, Inga	18.06.2020
Donnerstag	20:15	21:15	Faszien & Entspannung	Halle 9	Kutsch, Inga	18.06.2020
Freitag	18:30	19:30	Functional Fitness	Rasenplatz	Albers, Sean	19.06.2020
Samstag	15:00	16:30	Kick and Punch	Halle 4A	Albers, Sabine	20.06.2020

Kampfsport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Dienstag	20:15	21:45	Karate und laido	Halle 1-3	Burfeindt, Mirko	16.06.2020
Dienstag	20:15	21:45	Karate und laido	Halle 1-3	Zibell, Sebastian	16.06.2020
Mittwoch	17:30	18:30	Judo KIDS	Rasenplatz	Normakhmatov, Nurali	17.06.2020
Mittwoch	20:15	21:15	Judo Erwachsene	Halle 8	Zinke, Ronald	17.06.2020
Donnerstag	20:15	21:45	Aikido	Halle 1-3	Probst, Christian	18.06.2020
Freitag	16:00	17:00	Karate KIDS	Rasenplatz	Katenkamp, Uwe-Gert	19.06.2020
Samstag	14:00	16:00	Aikido	Halle 1-3	Probst, Christian	20.06.2020
Samstag	17:45	18:45	Taekwondo - DemoTeam	Halle 1-3	Hachgenei, Julia	Nach Absprache

Koronarsport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Samstag	09:00	10:00	Koronarsport	Halle 1-3	Wahl, Roswitha	nach Absprache
Samstag	10:15	11:15	Koronarsport	Halle 1-3	Wahl, Roswitha	nach Absprache

Kurs mit Kurskarte

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	10:15	11:15	Pilates	Halle 5	Zapekina, Aleksandra	08.06.-29.06.20
Montag	17:00	18:00	Wirbelsäulengymnastik	Halle 9	Albers, Susanne	08.06.-29.06.20
Montag	18:15	19:15	Pilates	Halle 9	Albers, Susanne	08.06.-29.06.20
Montag	19:30	20:30	Wirbelsäulengymnastik	Halle 9	Albers, Susanne	08.06.-29.06.20
Dienstag	10:15	11:15	Bewegen statt Schonen	Halle 5	Linnenbrügger, Matina	02.06.-30.06.20
Dienstag	11:30	12:30	Beckenboden Aktiv	Halle 5	Linnenbrügger, Matina	02.06.-30.06.20
Dienstag	18:15	19:15	Pilates	Halle 5	Albers, Susanne	02.06.-30.06.20
Dienstag	19:30	20:30	Wirbelsäulengymnastik	Halle 5	Linnenbrügger, Matina	02.06.-30.06.20
Mittwoch	10:15	11:15	Yoga	Halle 5	Golinski, York	03.06.-24.06.20
Mittwoch	10:30	13:30	Erste Hilfe am Kind	Halle 9	n., n.	17.06.2020
Mittwoch	11:30	12:30	Beckenbodengymnastik	Halle 5	Wahl, Roswitha	03.06.-24.06.20
Mittwoch	18:15	19:15	Pilates	Halle 5	Albers, Susanne	03.06.-24.06.20
Mittwoch	19:30	20:30	Pilates	Halle 5	Albers, Susanne	03.06.-24.06.20
Donnerstag	11:30	12:30	Wirbelsäulengymnastik	Halle 5	Wahl, Roswitha	04.06.-25.06.20
Donnerstag	17:00	18:00	Yoga	Halle 5	Golinski, York	04.06.-25.06.20
Donnerstag	19:30	20:30	Pilates	Halle 5	Schroeter, Lisa Carolin	04.06.-25.06.20
Freitag	10:15	11:15	Power Yoga	Halle 5	Wellmann, Christina	05.06.-26.06.20
Freitag	11:30	12:30	Yogilates	Halle 5	Kiesch, Frances	05.06.-26.06.20
Freitag	18:15	19:15	Zumba	Halle 5	Reineke, Rebecca	05.06.-26.06.20

Leichtathletik

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Dienstag	15:15	16:15	Leichtathletik	Halle 1-3	Siegmund, Christian	nach Absprache
Dienstag	16:30	17:30	Leichtathletik	Halle 1-3	Siegmund, Christian	nach Absprache
Donnerstag	16:00	17:00	Leichtathletik	Rasenplatz	Ohne Trainer	nach Absprache
Donnerstag	17:15	18:15	Leichtathletik	Rasenplatz	Ohne Trainer	nach Absprache

Movement Arts

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Mittwoch	17:15	18:15	Cheerleading - Tiny Hearts	Halle 9	Rugova, Angelina	17.06.2020
Mittwoch	18:30	19:30	Cheerleading - Junior Hearts	Halle 9	Reitzig, Carlotta	17.06.2020
Mittwoch	19:45	21:15	Cheerleading - Magic Hearts	Halle 9	Reitzig, Carlotta	17.06.2020
Samstag	11:45	12:45	Parkour Anfänger - 8-14 J.	Rasenplatz	Fasse, Finn	20.06.2020
Samstag	13:00	14:00	Parkour Anfänger - 8-14 J.	Rasenplatz	Fasse, Finn	20.06.2020

Outdoor

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Mittwoch	18:30	19:45	Walking	Finnbahn / Stadtwald	Baum, Christiane	17.06.2020

Rollsport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Mittwoch	16:15	17:15	Rollsport - Athletik	Rasenplatz	Schädlich, Malin	17.06.2020

Senioren-sport

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	10:00	11:00	Fit in den Tag - Level ROT	Halle 1-3	Schade, Nadia	15.06.2020
Montag	11:15	12:15	Sitzgymnastik	Halle 1-3	Linnenbrügger, Matina	15.06.2020
Dienstag	10:00	11:00	Fit in den Tag - Level GRÜN	Halle 1-3	Drygala, Larissa	16.06.2020
Dienstag	11:15	12:15	Fit in den Tag - Level ROT	Halle 1-3	Wahl, Roswitha	16.06.2020
Mittwoch	10:00	11:00	Fit in den Tag - Level ORANGE	Halle 1-3	Linnenbrügger, Matina	17.06.2020
Mittwoch	11:15	12:15	Fit in den Tag - Level ROT	Halle 1-3	Bellinger, Ursula	17.06.2020
Mittwoch	17:00	18:00	Rückenfit - Level ORANGE	Halle 5	Bahlert, Vanessa	17.06.2020
Donnerstag	10:00	11:00	Fit in den Tag - Level ROT	Halle 1-3	Rennies, Bernd	18.06.2020
Donnerstag	11:15	12:15	Fit in den Tag - Level ORANGE	Halle 1-3	Rennies, Bernd	18.06.2020
Donnerstag	14:30	15:30	Sitzgymnastik	Halle 5	Schade, Nadia	18.06.2020
Freitag	10:00	11:00	Fit in den Tag - Level ROT	Halle 1-3	Wahl, Roswitha	19.06.2020
Freitag	15:15	16:15	Line Dance - Level GRÜN	Halle 5	Memmel, Jenny	19.06.2020
Freitag	16:30	17:30	Line Dance - Level GRÜN	Halle 5	Memmel, Jenny	19.06.2020

Tanzen

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	16:00	17:00	Acrobatic Dance - 6-10 Jahre	Rasenplatz	Gerhard, Elizabeth	15.06.2020
Montag	17:15	18:15	Acrobatic Dance - 6-10 Jahre	Rasenplatz	Gerhard, Elizabeth	nach Absprache
Dienstag	20:45	21:45	Dance & Show Erwachsene	Halle 5	Wiatrek, Corinna	nach Absprache
Mittwoch	15:30	16:15	Modern Dance 5-7 J.	Halle 1-3	Kochems, Ricarda	17.06.2020
Mittwoch	15:45	16:45	Dance & Show ab 10 J.	Halle 5	Bahlert, Vanessa	17.06.2020
Mittwoch	16:00	17:00	Dance & Show - 6-9 J.	Halle 9	Weseloh, Jasmin	17.06.2020
Mittwoch	16:30	17:30	Modern Dance 8-9 J.	Halle 1-3	Kochems, Ricarda	17.06.2020
Mittwoch	17:45	18:45	Modern Dance 10-16 J.	Halle 1-3	Kochems, Ricarda	17.06.2020
Freitag	17:15	18:15	Acrobatic Dance - 6-10 Jahre	Halle 9	Gerhard, Elizabeth	nach Absprache

Tischtennis

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Donnerstag	19:00	20:00	Tischtennis Erwachsene	Halle 1-3	Rediske, Udo	nach Absprache

Turnen

Tag	Von	Bis	Kurs	Sportstaette	Trainer	Bemerkung
Montag	16:30	18:00	Turnen (Leistung) Jungen	Halle 4	Jäger, Thilo	nach Absprache
Montag	19:30	22:00	Turnen Erwachsene	Halle 4	Grohmann, Olaf	nach Absprache
Dienstag	14:15	15:45	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 1
Dienstag	16:00	17:30	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 2
Dienstag	17:45	19:15	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 3
Dienstag	19:30	22:00	Turnen Erwachsene	Halle 4	Grohmann, Olaf	nach Absprache
Mittwoch	16:30	18:00	Turnen (Leistung) Jungen	Halle 4	Jäger, Thilo	nach Absprache
Donnerstag	14:15	15:45	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 1
Donnerstag	16:00	17:30	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 3
Donnerstag	17:45	19:15	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 4
Donnerstag	19:30	22:00	Turnen Erwachsene	Halle 4	Grohmann, Olaf	nach Absprache
Freitag	16:00	17:30	Turnen (Leistung) Jungen	Halle 4	Jäger, Thilo	nach Absprache
Freitag	17:45	19:15	Turnen (Allgemein) Mädchen	Halle 4	Lüdemann, Svenja	nach Absprache
Freitag	19:30	21:00	Turnen (Allgemein) Mädchen	Halle 4	Lüdemann, Svenja	nach Absprache
Samstag	15:00	16:30	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 2
Samstag	16:45	18:15	Turnen (Leistung) Mädchen	Halle 4	Wolf, Alexandra	Gruppe 4