

# Übungs- und Trainingszeiten Breitensport und Hallenbelegung

Uhr-zeit	MONTAG Übungsgruppe Übungsleiter	DIENSTAG Übungsgruppe Übungsleiter	MITTWOCH Übungsgruppe Übungsleiter	DONNERSTAG Übungsgruppe Übungsleiter	FREITAG Übungsgruppe Übungsleiter	
9.00				Rückengymnastik Jenny Renner		
10.00						
14.00						
15.00				Kinderturnen (4 - 6 J.) Stefanie Jentzen		
15.45						
16.00				Mutter-Kind Turnen (bis 4 J.) Jasmin Herrmann		
16.30		Fitness Männer Ü 60 Peter Niederwipper			Kinderturnen(ab 6 J.) Alex Besgen	
17.00						
17.30	Nordic Walken Frauen Inge Röckerath (Draußen)			Behindertensport Irene Campayo	F- Jugend B. Möller	
18.00						Fußball Alte Herren Hobby (Sportplatz) Thomas Berger- Böker
18.30						
19.00	Fitness Frauen Ü 60				U 17 Mädchen L. Küster	
19.30	Inge Röckerath	Fußball Alte Herren Ü 32 (Sportplatz) Sebastian Rolfs	Fitness Frauen Irene Campayo	Dance Fitness Nicole Büchler	Yoga Hanne Fidorra	Tischtennis Herren Ludwig Röckerath
20.00						
20.30	Fitness Männer Peter Niederwipper					
21.00						
21.30						
	Draußen	Halle				