

Übungszeiten und Ansprechpartner**Kurs-Angebote - Turnhalle Henkelsstraße 18a**

Eltern-Kind-Turnen	1 - 4 Jahre	Dagmar Schmidt-Sänger	Tel. 0202 - 600 186	Mi.	09.30 - 11.00
	1 - 4 Jahre	Jennifer Runzer	Tel. 0202 - 253 45 56	Do.	16.30 - 18.00
	1 - 4 Jahre	Jennifer Runzer	Tel. 0202 - 253 45 56	Do.	09.30 - 11.00
	1 - 4 Jahre	Dagmar Schmidt-Sänger	Tel. 0202 - 600 186	Do.	15.00 - 16.30
	1 - 4 Jahre	Jennifer Runzer	Tel. 0202 - 253 45 56	Fr.	09.30 - 11.00
Fit und Gesund Yoga	D. + H.	Achim Balzer	Tel. 0170 - 751 51 56	Mo.	18.00 - 19.00
	D. + H.	Petra Schallnas	über Tel. 0202 - 60 70 270	Do.	18.00 - 19.30

Sonstige Möglichkeiten:**Badminton - SpH Unterdrörlen *(Adlerbrücke), **SpH Langerfeld (Hilgershöhe)**

U15 + U19-Mannschaft	Bernhard Seyffert	Tel. 0202 - 978 27 20	*Di.	17.00 - 18.30
O19-Mannschaft, Hobby			*Fr.	18.30 - 20.00
Kinder ab 5, U15, U19-Mannschaft, Hobby-ERW	Jörg Kruse	Tel. 0202-281 46 10	*Sa.	10.00 - 13.00
Hobby-ERW			**Di.	17.50 - 20.30

Cheerleading - Turnhalle - Henkelsstraße 18a

Eleni Savvidou	Tel. 0171-214 18 50	5-10 J. So.	16.00 - 17.30
		ab 11 J. So.	17.30 - 20.00
		Bodenturnen alle Alterskl. Di.	17.00 - 19.00

Faustball - Turnhalle Henkelsstraße 18a

Damen + Herren	Thilo Ranft	Tel. 0202 - 773 04 89	Fr.	20.30 - 22.00
----------------	-------------	-----------------------	-----	---------------

Gymnastik - Turnhalle Henkelsstraße 18a

Bodyfit-Damen	Susann Opitz-Gersch	Tel. 0202 - 60 45 35	Do.	19.30 - 22.00
Fitness-Gymnastik für ält.Damen	Hannelore Kind	Tel. 0202 - 60 65 03	Mo.	15.00 - 16.00
Fitness-Gymnastik für Skiläufer	Jochen Lergon	Tel. 0202 - 71 38 80	Fr.	19.00 - 20.30
Fitte Damen Ü 50	Sigrid Bigalke	Tel. 0202 - 60 50 69	Mo.	20.00 - 21.30
Fitness-Gymnastik für Damen	Anne-Dore Thofondern	Tel. 0202 - 64 40 59	Mi.	20.00 - 21.30
Fitness für Senioren, MAR-Herren	Michael Schrenke	Tel. 0202 - 60 81 81	Di.	19.00 - 21.00

Kinder-Turnen - Turnhalle Henkelsstraße 18a

ab 6 - 10 Jahre	Monika Kühne	Tel. 60 47 20	Di.	15.30 - 17.00
ab 4 Jahre	Manuela Brumme	Tel. 272 552 10	Mi.	14.00 - 16.00

Jazz-modern-dance - Turnhalle Henkelsstraße 18a

männlich + weiblich, ab 4 Jahre	Charlotte Götze	Tel. 0175-344 46 52	Fr.	16.00 - 17.30
männlich + weiblich, ab 8 Jahre			Fr.	17.30 - 19.00

Jugend-Turnen - Jungen - Turnhalle Henkelsstraße 18a

ab 6 Jahre	Kirsten Holthaus	Tel. 0176 - 962 444 32	Mi.	18.00 - 20.00
			Sa.	12.00 - 15.00

Jugend-Turnen - Mädchen - Turnhalle Henkelsstraße 18a

ab 6 Jahre	Wiebke Kluge	Tel. 0202 - 262 10 77	Mo.+ Mi.	16.00 - 18.00
			Sa.	10.00 - 12.00

Sportabzeichen-Abnahme	M. Kühne + M. Brumme, nach Absprache Grundstraße	Do.	17.00 - 19.00	
Hedtberg, nur mit Lauf bis 50 Meter,	Tel. 60 47 20 + 272 552 10	Sportplatz Hedtberg	Fr.	17.00 - 19.00

Tischtennis - Turnhalle Bornscheuer Straße

männlich + weiblich	Oliver Wulf	Tel. 0202 - 309 79 82	Di.	20.00 - 22.00
---------------------	-------------	-----------------------	-----	---------------

Tumbling-Turnen - Euroteam/TeamGym - Turnhalle Henkelsstraße 18a

männlich + weiblich	Anke Deer	Tel. 0202 - 270 15 30	Mi.	18.00 - 20.00
			Sa.	19.00 - 22.00