

Übungszeiten der Abteilung Turnen & Fitness ab 27.08.2020

Halle Rechtenflether Straße

Montag

17.30 – 18.30 Uhr **(ab 07.09.2020)**

Spiel-Sport-Spaß (ab 6 Jahre)

Jürgen Alfke

18.45 – 19.45 Uhr **(ab 07.09.2020)**

Mollig & Fit

Jürgen Alfke

20.00 – 21.00 Uhr **(ab 07.09.2020)**

Frauen Gymnastik

Monika Tesch

Dienstag

19.00 – 20.00 Uhr

Koronarsport

Susanne Polzin-Klünder

20.15 – 22.00 Uhr

Volleyball Mixed

Gina Schmidt

Mittwoch

16.15 – 17.15 Uhr

Kinder Zumba (6 – 9 Jahre)

Susanne Riemer

17.30 – 18.30 Uhr

Streetdance (10 – 14 Jahre)

Susanne Riemer

18.45 – 19.45 Uhr

Zumba Fitness – Kursform mit Anmeldung

Susanne Riemer

20.00 – 21.30 Uhr

Fit in Form

Stefanie Jüchter Effenberger

Donnerstag

18.30 – 19.30 Uhr

Frauen Gymnastik

Jürgen Alfke

19.45 – 22.00

Fit nach Feierabend

Jürgen Alfke

Freitag

17.00 – 18.30 Uhr

Taekwondo (ab 6 Jahre)

Adi Riedel

18.45 – 20.30 Uhr

Taekwondo (ab 14 Jahre)

Adi Riedel