

Hallenbelegungsplan mit Kontaktdaten der Übungsleiter / Stand 05.09.2024

Tag / Uhrzeit	Kurs	Übungsleiter	Tel.-Nr.:	e-mail:
Montag, 10.00-11.00 Uhr	Gym-Damen 55+	Anja Brocks	04153-2883	brocks.meier-brocks@t-online.de
Montag, 14.00-16.00 Uhr	Gym-Herren 55+	Hans-Werner Lemke	04139-68085	h-w-lemke@gmx.de
Montag, 16.00-18.00 Uhr	Trampolin für Kinder	Sandra Lorenzen	0170-4340980	honeyrider2210@yahoo.de
Montag, 18.00-19.30 Uhr	Basketball	Tobias Schlender	0176-56385011	tobi.schlender@gmail.com
Montag, 18.00-19.00 Uhr	Jumping	Alexandra Hermann-Plickat	0160-8015501	my-fitness@web.de
Montag, 18.00-19.30 Uhr	Basketball für Jedermann	Michael Schölzel	0157-78357974	michi.sassendorf@gmail.com
Montag, 19.00-20.00 Uhr	Rock That Fight	Nicole Mimitz	0176-72410803	
Montag, 20.00-22.00 Uhr	Tischtennis	Marcel Klöpffer	0176-22173232	marcel.kloepper20@gmail.com
Montag, 20.00-22.00 Uhr	Volleyball Freizeitpritscher	Benjamin Plaumann	0176-21539281	b.plaumeyer@gmail.com

Dienstag, 08.30-11.30 Uhr	Reha	Manuela Werner	04133-8527, Fax: 04133-4008409	manuela.lichtblicke@web.de
Dienstag, 18.00-19.00 Uhr	Yoga	Marleen Ziebke	0152-04538144	marleen-g90@web.de
Dienstag, 19.00-20.00 Uhr	Reha	Daniel Neckel	0157-32362029	daniel.neckel@t-online.de
Dienstag, 19.00-20.00 Uhr	Bauch-Beine-Po	Alexandra Hermann-Plickat	0160-8015501	my-fitness@web.de
Dienstag, 19.00-20.00 Uhr	Reha	Uwe Diercks	0163-2113553	u.diercks@hotmail.de
Dienstag, 20.00-21.00 Uhr	Reha	Daniel Neckel	0157-32362029	daniel.neckel@t-online.de
Dienstag, 20.00-22.00 Uhr	Fitness	Uwe Diercks	0163-2113553	u.diercks@hotmail.de

nur mit Anmeldung !

Mittwoch, 09.00-11.00 Uhr	Reha	Anja Brocks	04153-2883	brocks.meier-brocks@t-online.de
Mittwoch, 11.15-12.15 Uhr	Lunge	Anja Brocks	04153-2883	brocks.meier-brocks@t-online.de
Mittwoch, 16.00-17.00 Uhr	Kindertanz	Lena-Marie Reich	0160-2622088	LenaMarie@web.de
Mittwoch, 17.30-19.00 Uhr	Basketball U12 – U18	Nick Möller & Stephan Oelfke	0163-9184654, 0170-3133444	nick1209@freenet.de
Mittwoch, 19.00-20.30 Uhr	Basketball Herren	Tobias Schlender	0176-56385011	tobi.schlender@gmail.com
Mittwoch, 19.00-20.00 Uhr	Damen-Fitness	Waltraut Schreyer	04153-52824	wa.schreyer@freenet.de
Mittwoch, 19.00-20.00 Uhr	Pilates	Kerstin Detels	04139-6680, 0174-9829712	kerstin-detels@t-online.de
Mittwoch, 20.30-22.00 Uhr	Handball Damen	Wolfgang Beusch	04136-8261, 0151-10269777	wolfgang-beusch@t-online.de

Donnerstag, 09.00-10.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Adine Oelfke	04139-68034	
Donnerstag, 15.00-17.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Adine Oelfke	04139-68034	
Donnerstag, 17.30-18.45 Uhr	Leichtkontakt-Boxen, Kinder	Michael Metzler	05855-978293	m.metzler1@gmx.de
Donnerstag, 19.00-20.30 Uhr	Leichtkontakt-Boxen	Michael Metzler	05855-978293	m.metzler1@gmx.de
Donnerstag, 19.00-20.00 Uhr	Jumping	Alexandra Hermann-Plickat	0160-8015501	my-fitness@web.de
Donnerstag, 20.00-22.00 Uhr	Volleyball	Benjamin Plaumann	0176-21539281	b.plaumeyer@gmail.com

Freitag, 14.30-15.30 Uhr	Wirbelsäule	Uwe Diercks	0163-2113553	u.diercks@hotmail.de
Freitag, 14.30-15.30 Uhr	Bewegungsvariationen	Sandra Lorenzen	0170-4340980	honeyrider2210@yahoo.de
Freitag, 15.30-17.00 Uhr	Basketball U14 + U16	Nick Möller & Stephan Oelfke	0163-9184654, 0170-3133444	jogi14311@gmx.de
Freitag, 17.00-18.30 Uhr	Basketball U12 + U18	Nick Möller & Stephan Oelfke	0163-9184654, 0170-3133444	nick1209@freenet.de
Freitag, 18.30-20.00 Uhr	Basketball Herren	Tobias Schlender	0176-56385011	tobi.schlender@gmail.com
Freitag, 20.00-22.00 Uhr	Basketball Herren	Tobias Schlender	0176-56385011	tobi.schlender@gmail.com
Freitag, 20.00-22.00 Uhr	Tischtennis	Marcel Klöpfer	0176-22173232	marcel.kloepper20@gmail.com

Samstag, 10.00-13.00 Uhr	Fussball Minis + Jugend	Andreas Pierzynowski	0176-60896129	andreas.pierzynowski@gmx.de
--------------------------	-------------------------	----------------------	---------------	--

Die Samstags Hallenzeiten gelten nur für die Winterzeit!