

ANGEBOTSÜBERSICHT

Fußball

Abteilungsleiter/Jugend	Sascha Helfenstein	Tel. 0179-5099796		
Erwachsene:			Trainer/Übungsleiter	
1. Herren	Di./Do.	ab 19.30	SP	M. Jürgensen
2. Herren	Di./Do.	ab 19.30	SP	Thomas Gutsche
1. Frauen	Di./Do.	ab 19.30	SP	Wilko Gerdes
1. Senioren	Mi.	ab 19.30	SP	Christian Koopmann
Kinder / Jugendliche:				
1.A-Jun. 2004/2005	Mo.	18.00 - 19.30	SP	Marc Schawaller /
	Mi.	18.00 - 19.30	SP	Clas Oliver Maruhn
	Fr.	17.00 - 18.00	SP	
1.C-Jun. 2007	Mo.	17.00 - 18.30		Thies Klingenberg
	Do.	17.30 - 19.00	SP	
	Fr.	17.00 - 18.30		
1.D-Jun. 2010	Di.	17.00 - 18.30	SP	Doris Köster-Sprick
	Fr.	17.00 - 18.00	SP	
1.E-Jun. 2011	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sascha Helfenstein
	Mi.	17.00 - 18.00	SP	
2.E-Jun. 2012	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sven Schnelle
1.F-Jun.2013	Mi.	16.30 - 17.30	SP	Mica Baginski
2.F-Jun. 2014/2015	Di.	16.00 - 17.00	SP	Hannes Martens
Spielgruppe 2016	Di.	16.30 - 17.30	SP	Otto Martens

Tennis

Abteilungsleiter:	Peter Bothstede	Tel. 0 41 01 / 20 86 68
Jugendwart:	Andreas Ziehm	Tel. 0 41 01 / 53 89 35 0
Sportwart:	Rita Dreistein	Tel. 0 41 01 / 28191

Trainingszeiten nach Absprache

Handball

Abteilungsleiter:	Mario Schneider	Tel. 0 41 01 / 83 72 93
Jugendwartin:		
Herren	Di/Do,	20.00 - 22.00 S M. Schneider
Mini-Minis (3-5 Jahre)		
und Minis (6-7 Jahre)	Di.	17.00 - 17.45 S Stefan Diestel/ M. Gripp
E-Jugend gemischt	Di	17.00 - 18.30 S Stefan Diestel/ M. Gripp
	Do.	16.00 - 17.30 S
D/C-Jugend weiblich	Di.	18.30 - 19.30 S Renke Willers
	Do.	17.30 - 19.00 S
C/B-Jugend gemischt	Di.	19.00 - 20.00 S M. Schneider
	Do.	19.00 - 20.00 S M. Schneider

Judo

Abteilungsleiterin:	Kristin Pirsig	E-Mail: kristin.pirsig@gmx.de
Kinder Einsteiger ab 6 J.	Mo.	16.00 - 17.15
Kinder/Jugendl. Fortgeschrittene	Mo.	17.15 - 18.30
Jugendliche/Erwachsene	Mo.	18.30 - 20.00
Jugendliche/Erwachsene	Fr.	18.30 - 20.30

Fitness/Turnen

Abteilungsleiterin:	Birgit Bull	Tel. 0 41 01 / 51 13 11
Jugendwartin:	Birgit Engelbrecht	
Erwachsene:		Trainer/Übungsleiter
Fit in die Woche I	# Mo.	09.00 - 10.00 T Silke Wagner
Fit in die Woche II	# Mo.	10.00 - 11.00 T Silke Wagner
Rückengymnastik	Mo.	18.00 - 19.00 T Birgit Bull
Zumba	Mo..	19.00 - 20.00 T Marion Bastubbe
Lauftreff	Die.	17.45 - 19.15 SP Torben Maaß
Bauch-Beine-Po	Mo.	20.00 - 21.00 T Inka Frischkorn
Bodyforming.	Mi.	09.00 - 10.00 T Silke Wagner
Wirbelsäulengymnastik	Mi.	10.00 - 11.00 T Silke Wagner
Rücken SM System	Mi.	18.00 - 19.00 T Birgit Engelbrecht
Pilates	Mi.	18.00 - 19.30 Sch Birgit Bull
Rücken-Fit	Mi.	19.00 - 20.00 T Inka Frischkorn
Power-Fitness	Mi.	20.00 - 21.00 T Inka Frischkorn
Seniorengymnastik	Do.	10.30 - 11.30 T Karin Kraiger-Müller
Yoga	Do.	17.00 - 18.30 T Daniela Bandick
Fitness-Mix	Do.	19.00 - 20.00 T Birgit Bull
Fitness-Mix Easy	Do.	20.00 - 21.00 T Birgit Bull
Functional Training	So.	17.30 - 19.00 T Torben Maaß

Kinder

Gerätturnen / Airtrack 6-9 J.	Mo.	16.00 - 17.00 S Birgit Engelbrecht
Gerätturnen / Airtrack ab 10 J.	Mo.	17.00 - 18.00 S Birgit Engelbrecht
Allgemeines Kinderturnen 3-5 J.	Di.	15.00 - 16.00 S Bärbel Pein
Allgemeines Kinderturnen ab 6 J.	Di.	16.00 - 17.00 S Bärbel Pein
Kleinkinderturnen 2-5 Jahre	Mi.	15.30 - 17.00 T Kristina Eybe
Psychomotorisches Turnen	Fr.	14.00 - 15.00 S Claudia Heinrich
Ballett (3-4 Jahre)	Fr.	14.30 - 15.20 T Jan-Michael Vehstedt
Ballett (5-7 Jahre)	Fr.	15.20 - 16.10 T Jan-Michael Vehstedt
Ballett (8-13 Jahre)	Fr.	16.10 - 17.00 T Jan-Michael Vehstedt
Sportabzeichen nur Sommer	Fr.	17.00 - 18.30 SP B. Engelbrecht/J. Stahl

Badminton

Abteilungsleiter/Jugend	Gerhard Storch	Tel. 017 4 / 9 44 41 72
Jugendliche	Mi.	18.30 - 20.00 S
Erwachsene	Mo. Mi. Fr.	20.00 - 22.00 S

Tischtennis

Abteilungsleiter:	Dirk Maasch	Tel. 0 41 01/ 514814
Erwachsene	Di./Fr.	ab 19.30 T
Kinder / Jugendliche	Di./Fr.	18.00-19.30 T T.Tischendorf/ A.Reuter