

ANGEBOTSÜBERSICHT

Fußball

Abteilungsleiter/Jugend	Sascha Helfenstein	Tel. 0179-5099796		
Erwachsene:			Trainer/Übungsleiter	
1. Herren	Di./Do. ab 19.30		SP Markus Jürgensen	
2. Herren	Di./Do. ab 19.30		SP Mario Wunderlich	
1. Frauen	Di./Do. ab 19.30		SP Sascha Liebenow	
2. Frauen	Di./Do. ab 19.30		SP Wilko Gerdes	
1. Senioren	Mi. ab 19.30		SP Rolf Behrmann	
2. Senioren	Mi. ab 19.30		SP Christian Koopmann	
Kinder / Jugendliche:				
1.C-Jun. 2004/2005	Mo. 17.50 - 19.30	SP Marc Schawaller /		
	Mi. 18.00 - 19.30	SP Clas Oliver Maruhn		
	Fr. 16.30 - 18.00	SP		
1.D-Jun. 2007	Mo. 17.00 - 18.30	SP Thies Klingenberg		
	Do. 17.30 - 19.00	SP		
1. E-Jun.2008	Mi. 16.00 - 17.00	SP Thorsten Schwedler		
	Fr. 16.00 - 17.30	SP		
2.E-Jun. 2009	Mi. 17.00 - 18.30	SP Branimir Perkovic		
	Fr. 17.00 - 18.30	SP		
1.F-Jun. 2010	Di. 17.00 - 18.00	SP Doris Köster-Sprick		
	Fr. 17.00 - 18.00	SP		
2.F-Jun. 2011	Mi. 17.00 - 18.00	SP Sascha Helfenstein		
1.G-Jun. 2012	Mo. 17.00 - 18.00	SP Sven Schnelle		
Spielgruppe 2013/2014	Mi. 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**

Trainingszeiten nach Absprache

Handball

Abteilungsleiter:	Mario Schneider	Tel. 0 41 01 / 83 72 93	
Jugendwartin:	Marion Klenz	Tel. 0 41 01 / 3 75 25 8	
Herren	Di/Do, 20.00 - 22.00	S M. Schneider/ C. Münzberg	
Damen	Di. 19.30 - 20.30	S Mario Schneider	
Mini-Minis (3-8 Jahre)	Di. 17.15 - 18.15	S Stefan Diestel	
E-Jugend weiblich	Do. 16.00 - 17.30	S Ulrike Reddie	
D-Jugend gemischt	Di. 18.00 - 19.00	S M. Schneider/ V. Palinkas-Petersen	
	Do. 17.00 - 18.30	S	
B-Jugend/männl	Di./Do. 18.30 - 20.00	S M. Schneider/D. Pfeffer	

Judo

Abteilungsleiterin:	Kristin Pirsig	Tel. 0 41 01 / 80 49 603
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	
Kinder und Jugendliche	Fr. 17.00 - 18.30	
Jugendliche/Erwachsene	Fr. 18.30 - 20.30	

T = Turnhalle S = Sporthalle K=Kindergarten SP = Sportplatz

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	Ilona Jacobs
Fit in die Woche II	Mo. 10.00 - 11.00	T	Ilona Jacobs
Ballett	Mo. 11.00 - 12.00	T	Jan-Michael Vehstedt
Rückengymnastik	Mo. 18.00 - 19.00	T	Birgit Bull
Let's jump (Kurs mit Anmeldung)	Mo. 19.00 - 20.00	T	Inka Frischkorn
Lauftreff	Mo. 19.00 - 20.30	T	Torben Maaß
Bauch-Beine-Po	Mo. 20.00 - 21.00	T	Inka Frischkorn
Bodyforming	Mi. 09.00 - 10.00	T	Inka Frischkorn
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 10.00 - 11.00	T	Inka Frischkorn
Rücken SM System	Mi. 18.00 - 19.00	T	Birgit Engelbrecht
Rücken-Fit	Mi. 19.00 - 20.00	T	Bianca Fluhr
Pilates	Mi. 19.00 - 20.30	K	Birgit Bull
Hantel-Training	Mi. 20.00 - 21.00	T	Bianca Fluhr
Senioren-gymnastik	Do. 10.30 - 11.30	T	Karin Kraiger-Müller
Yoga	Do. 17.00 - 18.30	K	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	Sa. 11.00 - 12.30	T	Torben Maaß
Kickboxen für Frauen und Mädchen(ab 12 J.)	So. 18.30 - 20.00	T	Sven Schölermann
Kinder			
Airtrack	Mo. 16.30 - 18.00	S	Birgit Engelbrecht
Allgemeines Kinderturnen	Di. 15.00 - 17.00	S	Bärbel Pein
Kleinkinderturnen 2-5 Jahre	Mi. 15.30 - 17.00	T	Kristina Eybe
Psychomotorisches Turnen	Do. 09.30 - 11.30	S	Claudia Köster
Psychomotorisches Turnen	Fr. 14.00 - 15.00	S	Claudia Heinrich
Ballett (3-5 Jahre)	Fr. 14.30 - 15.20	T	Jan-Michael Vehstedt
Ballett (6-8 Jahre)	Fr. 15.20 - 16.10	T	Jan-Michael Vehstedt
Ballett (9-13 Jahre)	Fr. 16.10 - 17.00	T	Jan-Michael Vehstedt
Sportabzeichen nur Sommer	Fr. 17.00 - 18.30	SP	Birgit Engelbrecht

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:	Ulf Klottwig	Tel. 0 41 01 / 37 32 20
Jugendwartin:	Kathleen Kahlke	Tel. 0 41 01 / 8 35 41 98
Erwachsene	Di./Fr. ab 19.30	T
Kinder / Jugendliche	Di./Fr. 18.00-19.30	T

Kahlke/Tischendorf

Stand Mai 2019