

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	Thomas Gutsche
1. Frauen	Di./Do.	ab 19.30	SP	Kai Wagner
2. Frauen	Di./Do.	ab 19.30	SP	Wilko Gerdes
1. Senioren	Mi.	ab 19.30	SP	Christian Koopmann
Kinder / Jugendliche:				
1.B-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.D-Jun. 2007	Mo.	17.00 - 18.30	SP	Thies Klingenberg
	Do.	17.30 - 19.00	SP	
	Fr.	17.00 - 18.30	SP	
2.D-Jun.2008	Mi.	16.00 - 17.30	SP	Thorsten Schwedler
	Fr.	16.00 - 17.30	SP	
1.E-Jun. 2009	Mi.	16.30 - 18.00	SP	Branimir Perkovic
	Fr.	16.30 - 18.00	SP	
2.E-Jun. 2010	Di.	17.00 - 18.30	SP	Doris Köster-Sprick
	Fr.	17.00 - 18.00	SP	
1.F-Jun. 2011	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sascha Helfenstein
	Mi.	17.00 - 18.00	SP	
2.F-Jun. 2012	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sven Schnelle
1.G-Jun.2013	Mi.	16.30 - 17.30	SP	Mica Baginski
Spielgruppe 2014/2015	Do.	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:	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	G.Achterberg/M. Schneider
Mini-Minis (3-8 Jahre)	Di.	17.00 - 18.00	S	Stefan Diestel/ M. Gripp
E-Jugend weiblich	Do.	16.00 - 17.30	S	Ulrike Reddie/ L. Koch
D/C-Jugend gemischt	Di.	18.00 - 19.30	S	M. Schneider/ V. Palinkas-Petersen
	Do.	17.30 - 19.00	S	
B-Jugend	Di.	19.30 - 20.30	S	M. Schneider
	Do.	19.00 - 20.30	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
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
Lauffreff	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 Dykiereck
Pilates	Mi.	19.00 - 20.30	K	Birgit Bull
Hantel-Training	Mi.	20.00 - 21.00	T	Bianca Dykiereck
Seniorengymnastik	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:	Dirk Maasch	Tel. 0 41 01/ 514814		
Jugendwartin:	Kathleen Kahlke	Tel. 0 41 01 / 5381062		
Erwachsene	Di./Fr.	ab 19.30	T	
Kinder / Jugendliche	Di./Fr.	18.00-19.30	T	Kahlke/Tischendorf