

ANGEBOTSÜBERSICHT

Fußball

Abteilungsleiter
Jugend

Daniela Runge
Romina Konietzka

Mobil 0 151-50 61 94 73

Erwachsene:

1. Herren	Di./Do.	ab 19.30
2. Herren	Di./Do.	ab 19.30
1. Frauen	Di./Do.	ab 19.30
1. Senioren	Mi.	ab 19.30

Trainer/Übungsleiter

SP	M. Jürgensen
SP	Thomas Gutsche
SP	Wilko Gerdes
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	
	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sven Schnelle
2.E-Jun. 2012	Mo.	17.00 - 18.00	SP	Sven Schnelle
1.F-Jun.2013	Do.	16.00 - 17.00	SP	Mica Baginski
2.F-Jun. 2014/2015 Spielgruppe 2016	Di.	16.00 - 17.00	SP	Hannes Martens
	Mo.	16.00 - 17.00	SP	Otto Martens

Tennis

Abteilungsleiter:
Jugendwart:
Sportwartin:

Peter Bothstede
Andreas Ziehm
Rita Dreistein

Tel. 0 41 01 / 20 86 68
Tel. 0 41 01 / 53 89 35 0
Tel. 0 41 01 / 28191

Trainingszeiten nach Absprache

Handball

Abteilungsleiter:
Jugendwart:

Mario Schneider
Stefan Diestel

Tel. 0 41 01 / 83 72 93

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
	Di.	17.00 - 18.30	S	Stefan Diestel/ M. Gripp
	Do.	16.00 - 17.30	S	
E-Jugend gemischt	Di.	18.30 - 19.30	S	Renke Willers/Chris Jürges
	Do.	17.30 - 19.00	S	
D/C-Jugend weiblich	Di.	18.30 - 19.30	S	Renke Willers/Chris Jürges
	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:

Cathrin Brohm

E-Mail: judo@tus-appen.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:
Jugendwartin:

Birgit Bull
Birgit Engelbrecht

Tel. 0 41 01 / 51 13 11

Erwachsene:

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	Bärbel Pein
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
Krabbel-Turnen 0-3. Geb.	Fr.	9.30 - 10.30	T	Nina Maaß
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. 0 174 / 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 = Turnhalle

S = Sporthalle

K=Kindergarten

SP = Sportplatz

Sch = Schule

=nur gerade Kalenderwochen

Stand Mai 2022