

	Zeit	Übungstunde	Sportstätte	Zielgruppe	Ansprechpartner
Montag	09:00 - 10:00	Fit & Gesund Rücken-Fit	Turnhalle Beggendorf	Männer u. Frauen	Gaby Engels
	16:00 - 16:45	Schwimmen Wassergewöhnung Seepferdchen	Schwimmhalle Parkstraße	Kinder ab 4 Jahre	Birgit Betsch
	16:00 - 17:30	Gymnastik RSG I	Turnhalle Grengracht	Mädchen ab 5 Jahre	Stephanie Freialdenhoven Gina Rothe
	17:00 - 17:45	Schwimmen Wassergewöhnung Seepferdchen Bronze Silber	Schwimmhalle Parkstraße	Kinder ab 6 Jahre	Birgit Betsch
	17:30 - 18:30	Gymnastik RSG II	Turnhalle Grengracht	Mädchen ab 6 Jahre	Stephanie Freialdenhoven Gina Rothe
	18:00 - 18:45	Schwimmen Schwimmen lernen ab 10J Seepferdchen Bronze Silber Gold	Schwimmhalle Parkstraße	Kinder ab 10 Jahre	Birgit Betsch
	18:30 - 20:00	Gymnastik RSG III	Turnhalle Grengracht	Mädchen ab 10 Jahre	Stephanie Freialdenhoven Gina Rothe
	19:00 - 19:45	Schwimmen Training Gold Erwachsenenschwimmer	Schwimmhalle Parkstraße	Jugendliche und Erwachsene	Birgit Betsch
	19:00 - 20:00	Gymnastik Fitness/Stretching	Turnhalle Gymnasium	Frauen	Gisela Burstedde
	20:00 - 21:30	Ballsport Badminton	Turnhalle Beggendorf	ab 18 Jahre	Krzystof Kucia
	20:00 - 20:45	Schwimmen Training Wassergymnastik	Schwimmhalle Parkstraße	Jugendliche und Erwachsene	Birgit Betsch
	20:00 - 21:00	Fit & Gesund Body Fit	Turnhalle Grengracht	Jugend/ Frauen	Kim Krzankowski
	20:15 - 21:30	Gymnastik Jazztanz II	Turnhalle Gymnasium	Frauen, weibl. Jugend	Gisela Burstedde
Dienstag	15:30 - 17:00	Turnen ElternKind-Turnen II	Turnhalle Grabenstraße	Laufalter, 1 - 3,5 Jahre	Sofia Sous Lissy Schaffrath
	18:15 - 19:15	Gymnastik Seniorengymnastik	Turnhalle Gymnasium	Frauen ab 60 Jahre	Edith Kuhn
	19:00 - 21:00 Mai bis September	Fit & Gesund Sportabzeichen	Sportplatz Parkstraße.	für alle	Volker Zarth
	18:30 - 20:00	Fit & Gesund Rückengymnastik	Turnhalle Grabenstraße	Frauen und Männer	Rosemarie Burstedde

	Zeit	Übungstunde	Sportstätte	Zielgruppe	Ansprechpartner
Mittwoch	16:00 - 17:30	Turnen Eltern-Kind-Turnen I	Turnhalle Beggendorf	bis 3 Jahre	Jana Schmitz
	20:00 - 21:30	Gymnastik Schonende Gymnastik	Turnhalle Grabenstr.	Frauen auch ungeübte	Rosemarie Burstedde
	16:00 - 17:00	Turnen Kleinkinderturnen	Turnhalle Grengracht	3,5-6 Jahre	Nina Vogel
	16:15 - 17:30	Turnen Kleinkinderturnen	Turnhalle Grabenstr.	3,5-6 Jahre	Heidi Zick
	17:30 - 19:30	Turnen Gerätturnen wbl.	Turnhalle Grabenstr.	Mädchen ab 6 Jahre	Katharina Gehlen
	17:30 - 19:00	Turnen Spaß u. Bewegung	Turnhalle Grengracht	Kinder ab 6 Jahre	Sofia Sous
	19:00 - 20:00	Gymnastik RSG	Turnhalle Grengracht	Mädchen ab 6 Jahre	Stephanie Freialdenhoven Gina Rothe
	20:00 - 21:30	Aerobic Step Aerobic	Turnhalle Oidtweiler	Frauen	Elke Grein
Donnerstag	09:00 - 10:00	Fit & Gesund Rücken Fit	Turnhalle Beggendorf	Männer u. Frauen	Anja Welsch
	16:00 - 17:30	Turnen Mädchen- u. Jungen I	Turnhalle Grabenstr.	ab 6 Jahre	Chantal Hilbrans
	17:30 - 19:00	Turnen Mädchen- u. Jungen II	Turnhalle Grabenstr.	ab 8 Jahre	Chantal Hilbrans
	18:30 - 20:00	Turnen Mädchen- u. Jungen Erwachsene	Turnhalle Grabenstr.	Jugendliche/ Erwachsene	Anna Walmanns
	20:00 - 21:30	Ballsport Badminton	Turnhalle Gymnasium	ab 18 Jahre	Simon Weich
	20:00 - 21:30	Fit & Gesund Ganzkörpergymnastik	Turnhalle Grabenstr.	Männer u. Frauen ab 50	Gregor Betsch
	20:30 - 21:30	Fit & Gesund Fit ab 50	Turnhalle Beggendorf	Männer u. Frauen ab 50	Heinz Gutschi
Freitag	17:00 - 20:00	Turnen Gerätturnen wbl. Wettkampf	Turnhalle Grabenstr.	Mädchen ab 6 Jahre	Katharina Gehlen
	20:00 - 21:00	Gymnastik Moderne Gymnastik	Turnhalle Gymnasium	Männer und Frauen	Doris Vogel