

Angebote

Kinder

Mutter-Kind-Turnen 1 – 3 Jahre in Begleitung

montags 15:30 bis 16:30 Uhr Halle Overberge, Hansastr. 99

Kontakt / ÜL: Sandra Pasalk Tel. 01520 4599063, pasalk_sandra@freenet.de

Kinderturnen 3 – 6 Jahre

montags 15:30 bis 17:00 Uhr Halle Overberge, Hansastr. 99

Kontakt / ÜL: Annette Rabe Tel. 02307-85543, rabe_annette@freenet.de

Jugend

Jugend – Fitness & Geschicklichkeit & Ballsportarten, 6 – 14 Jahre

montags 17:00 bis 18:30 Uhr Halle Overberge, Hansastr. 99

Kontakt / ÜL: Marion Heyck Tel. 02389-9269400, mobil 0177-5407486, marionheyck@t-online.de

Erwachsene

Breitensport und Indica

montags 20:00 bis 21:45 Uhr Halle Overberge, Hansastr. 99

Kontakt / Trainerin: Martina Grothaus Tel. 02307-10643, martina.grothaus@gmx.de

Wirbelsäulengymnastik für Männer und Frauen

dienstags 08:15 bis 09:45 Uhr Halle Overberge, Hansastr. 99

Kontakt / ÜL: Erika Biermann Tel. 02307-12999, erikaingebie2@gmail.com

Seniorinnen-/Seniorensport

dienstags 09:30 bis 10:30 Uhr Turnhalle Pestalozzischule, Pestalozzistr. 6

Kontakt / ÜL: Bettina Steinke Tel. 02389-5823, bettina.steinke@web.de

Yoga mit Carmen Grasse

montags 18:30 bis 20:00 Uhr Hatha-Yoga, kleine Halle am Friedrichsberg

donnerstags 08:00 bis 09:00 Uhr, Yoga auf dem Stuhl - Anfänger, Pestalozzi-Sporthalle

donnerstags 09:15 bis 10:15 Uhr, Yoga auf dem Stuhl - Fortgeschrittene, Pestalozzi-Sporthalle

Kontakt: TuS OV Turnen, Franz Herken, Tel. 0170-9873212, franz.herken@t-online.de

Pilates mit Gudrun Burczinski

donnerstags 18:00 bis 19:00 Uhr Sporthalle der Regenbogenschule, Rünther Str. 80

Kontakt / ÜL: Gudrun Burczinski, 02307-553698, gudilina@gmx.de