

## TURNEN

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
16.00–17.00 Uhr	<b>Vorschulkinder-Turnen</b> 5–6 Jahre Alte Turnhalle	Ellen Strubberg
<b>Dienstag</b>		
15.15–16.15 Uhr	<b>Kinderturnen</b> ab 3 Jahren Alte Turnhalle	Yvonne Parlmeyer
16.15–17.15 Uhr	<b>Eltern/Kind-Turnen</b> ab 1,5 Jahren Alte Turnhalle	Yvonne Parlmeyer
<b>Donnerstag</b>		
15.15–16.15 Uhr	<b>Kleinkindturnen</b> ab 3 Jahren Alte Turnhalle	Renate Röhr
16.15–17.15 Uhr	<b>Eltern/Kind-Turnen</b> ab 1,5 Jahren Alte Turnhalle	Renate Röhr
17.15–19.00 Uhr	<b>Gerätturnen</b> ab 1.–4. Schuljahr Alte Turnhalle	Nina Aßmann
<b>Freitag</b>		
17.00–18.00 Uhr	<b>Sport &amp; Spiel</b> 1.–4. Schuljahr Alte Turnhalle	Stefanie Rammert
18.00–19.00 Uhr	<b>Sport &amp; Spiel</b> ab 5. Schuljahr Alte Turnhalle	Stefanie Rammert

## TANZEN

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
14.00–15.00 Uhr	<b>„Die Tanzmäuse“</b> 4- und 5-jährige Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
15.15–16.00 Uhr	<b>„Die kleinen Riesen“</b> 2- und 3-jährige Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
16.00–16.45 Uhr	<b>„Die frechen Früchtchen“</b> 3- und 4-jährige Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
18.00–19.00 Uhr	<b>„Splash“</b> ab dem 9. Schuljahr Gymnastikraum (alte Halle)	Miriam Schulte
<b>Dienstag</b>		
16.00–17.00 Uhr	<b>„Les petites fleurs“</b> Vorschulkinder Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
17.00–18.00 Uhr	<b>„Dancing Kids“</b> 1. und 2. Klasse Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
18.00–19.00 Uhr	<b>„Jolly Dancers“</b> 3. und 4. Klasse Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
17.00–18.00 Uhr	<b>„Dance of Joy“</b> 5. und 6. Klasse Fitnessraum	Ellen Strubberg
<b>Mittwoch</b>		
18.30–19.30 Uhr	<b>„Flashlights“</b> ab dem 7. Schuljahr Gymnastikraum (alte Halle)	Miriam Schulte
<b>Freitag</b>		
15.00–16.30 Uhr	<b>„Serenade“</b> Leistungsgruppe Tanzen Alte Turnhalle	Miriam Schulte

## FITNESS

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
19.00–20.00 Uhr	<b>Bodyfit</b> Fitnessraum	Lisa Hübner
19.00–20.00 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer Alte Turnhalle	Gunda Ackermann
20.00–21.30 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Damen Alte Turnhalle	Anita Brune
<b>Dienstag</b>		
19.00–20.00 Uhr	<b>Langhanteltraining</b> Fitnessraum	Sarah Schmihing
20.00–21.00 Uhr	<b>Bauch, Beine, Po</b> Fitnessraum	Sarah Schmihing
<b>Mittwoch</b>		
18.00–19.00 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik Sen.</b> Männer Alte Turnhalle	Anita Brune
19.00–20.00 Uhr	<b>Stepp-Aerobic/Krafttraining</b> Jugend & Erwachsene Fitnessraum	Michaela Kaumkötter
<b>Donnerstag</b>		
19.00–20.00 Uhr	<b>jederFRAU</b> Fitnessraum	Anne Grawe
20.00–20.45 Uhr	<b>„deepWORK“</b> Fitnessraum	Carina Schmihing, Sarah Schmihing

## KURSE FÜR KINDER

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
17.00–18.00 Uhr	<b>Entspannungskurs</b> (8-wöchig) Anmeldung erforderlich! Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
17.15–18.45 Uhr	<b>Trampolinkurs</b> (8-wöchig) Anmeldung erforderlich! Alte Turnhalle	Janine Allewelt
<b>Freitag</b>		
15.45–16.30 Uhr	<b>Babykurs</b> (ab 3 Monaten) Anmeldung erforderlich! Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt
16.30–17.15 Uhr	<b>Krabbel-Kids</b> (ab 7–8 Monaten) Anmeldung erforderlich! Gymnastikraum (alte Halle)	Janine Allewelt

## SPORTABZEICHEN

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
18.30–20.00 Uhr	<b>Training + Abnahme</b> (von Mai bis September) Alter Sportplatz	Paul Kloske, Anita Brune

## VOLLEYBALL

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Freitag</b>		
20.15–22.00 Uhr	<b>Jugend + Erwachsene</b> Beutlinghalle 1/3	Reinhard Hilker

## BASKETBALL

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Freitag</b>		
20.00–22.00 Uhr	<b>Jugend + Erwachsene</b> Alte Turnhalle	Heinz Dammeyer

## TISCHTENNIS

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>		
16.30–18.00 Uhr	<b>Anfängergruppe</b> Mädchen & Jungen Beutlinghalle	Björke Quatmann, Ramona Gnatzig
18.00–19.30 Uhr	<b>Schüler/innen und Jugend</b> Beutlinghalle	Stefan Kruckemeyer
18.30–20.00 Uhr	<b>Erwachsene + Jugend</b> Beutlinghalle	Stefan Kruckemeyer
<b>Freitag</b>		
19.30–22.00 Uhr	<b>Erwachsene + Jugend</b> plus Schüler/innen Beutlinghalle	Stefan Kruckemeyer

## TENNIS

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Dienstag</b>		
18.00–20.00 Uhr	<b>Damen</b> Bei Interesse einfach mal vorbeischaun	
<b>Donnerstag</b>		
18.00–20.00 Uhr	<b>Herren</b> Bei Interesse einfach mal vorbeischaun	
<b>Freitag</b>		
14.00–16.00 Uhr	<b>Kinder und Jugend</b> Bei Interesse einfach mal vorbeischaun	

## JIU JITSU

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Dienstag</b>		
19.00–20.00 Uhr	<b>Erwachsene</b> von 25–99 Jahren Alte Turnhalle	Ralf Kniephoff

## BADMINTON

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Freitag</b>		
19.00–20.00 Uhr	<b>Erwachsene</b> Alte Turnhalle	Silvia Burlage

## HEDGEHOG LINERS

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Mittwoch</b>		
19.45–21.30 Uhr	<b>Erwachsene</b> Gymnastikraum (alte Halle)	Carola König

## HANDBALL

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Dienstag</b>		
18.00–19.30 Uhr	<b>weibliche C-/B-Jugend</b> Jahrgang 2001–2004 Beutlinghalle	Johanna Redecker, Nicole Steinkühler
19.30–21.30 Uhr	<b>Herren</b> ab Jahrgang 1998 Beutlinghalle	Michael Hörmeyer, Michael Heitling
<b>Donnerstag</b>		
15.00–16.30 Uhr	<b>gemischte E-Jugend/Minis</b> ab 5 Jahren Beutlinghalle	„Addi“ Peters
16.30–18.30 Uhr	<b>gemischte D-Jugend</b> Jahrgänge 2005 bis 2006 Beutlinghalle	Bernhard Böert und „Addi“ Peters
18.30–20.00 Uhr	<b>Herren</b> ab Jahrgang 1998 Beutlinghalle	Michael Hörmeyer, Michael Heitling
20.00–22.00 Uhr	<b>Damen</b> ab Jahrgang 1998 Beutlinghalle	Hartmut Stahr, Torsten Preuß

## FUSSBALL

Mannschaft	Tage	Uhrzeit	Übungsleiter
<b>G-Jugend (Mini)</b>			
ab Jahrg. 2012 Beutlingplatz	Freitag	14.45–15.30 Uhr	Robert Pleye
<b>G-Jugend (Mini)</b>			
ab Jahrg. 2011 Beutlingplatz	Freitag	15.45–16.45 Uhr	Robert Pleye Jens Eismann
<b>F2 Jugend</b>			
Jahrgang 2010 Beutlingplatz	Mittwoch	16.00–17.00 Uhr	Andre Osterheider, Christian Ronning
<b>F1 Jugend</b>			
Jahrgang 2009 Beutlingplatz	Dienstag	16.30–17.30 Uhr	Benjamin Koch,
	Donnerstag	16.30–17.30 Uhr	Jürgen Kalberg
<b>E2 Jugend</b>			
Jahrgang 2008 Beutlingplatz	Mittwoch	16.30–18.00 Uhr	Tobias Huning, Antonio
	Freitag	15.30–17.00 Uhr	Rios, Marcus Kemna
<b>E1 Jugend</b>			
Jahrgang 2007 Beutlingplatz	Montag	16.30–18.00 Uhr	Sascha Dröge,
	Freitag	16.00–17.30 Uhr	Marc Reitz
<b>D2 Jugend</b>			
Jahrgang 2006 + 2005 Beutlingplatz	Dienstag	17.30–19.00 Uhr	Ulrich Dreyer,
	Freitag	17.30–19.00 Uhr	Haluk Selvi
<b>D1 Jugend</b>			
Jahrgang 2006 + 2005 Beutlingplatz	Dienstag	17.30–19.00 Uhr	Mario Wolf,
	Freitag	17.30–19.00 Uhr	Axel Wiehenkamp
<b>C2 Jugend</b>			
Jahrgang 2004 + 2003 Alter Sportplatz	Dienstag	17.45–19.15 Uhr	Guido Sickmann, Felix
	Donnerstag	17.45–19.15 Uhr	Mückner, Sebastian Pleye
<b>C1 Jugend</b>			
Jahrgang 2004 + 2003 Alter Sportplatz	Dienstag	17.45–19.15 Uhr	Florian Lamping, Jan
	Donnerstag	17.45–19.15 Uhr	Nesemeyer, Moritz Meyer
<b>B Jugend</b>			
Jahrgang 2002 + 2001 Alter Sportplatz	Dienstag	18.15–19.45 Uhr	Hermann Münchow,
	Donnerstag	18.15–19.45 Uhr	Dirk Kleine
<b>A Jugend</b>			
Jahrgang 2000 + 1999 Alter Sportplatz	Montag	19.00–20.30 Uhr	Guido Sickmann, Mathias
	Mittwoch	19.00–20.30 Uhr	Lührmann, Michael Klocke,
	Freitag	18.30–20.00 Uhr	M. Quatkemeyer, V. Huning
<b>3. Herren</b>			
Jahrg. 1998 + älter Alter Sportplatz	Montag	19.30–21.00 Uhr	Henrik Nesemeyer,
	Donnerstag	19.30–21.00 Uhr	Ansgar Lindemann
<b>2. Herren</b>			
Jahrg. 1998 + älter Alter Sportplatz	Dienstag	19.30–21.00 Uhr	David Weber,
	Donnerstag	19.30–21.00 Uhr	Sebastian Kemna
<b>1. Herren</b>			
Jahrg. 1998 + älter Alter Sportplatz	Dienstag	19.30–21.00 Uhr	Veit Usslepp,
	Freitag	18.00–19.30 Uhr	Martin Lührmann
<b>Alte Herren Ü32</b>			
Alter Sportplatz	Montag	20.00–21.15 Uhr	Benjamin Koch
<b>Alte Herren</b>			
Beutlingplatz	Mittwoch	19.00–20.30 Uhr	Dietrich Grünkemeier, Gerd Faber

Die Fußball-Zeiten gelten für die »Open Air« Saison. Hallenzeiten bitte bei den Trainern erfragen

## BUDOKAI

Tag/Uhrzeit	Gruppe/Ort	Übungsleiter
<b>Mittwoch</b>		
15.15–16.00 Uhr	<b>Einsteiger</b> Alte Turnhalle	Trainerteam von Ralf Kruckemeyer
16.00–17.00 Uhr	<b>Fortgeschrittene</b> Alte Turnhalle	