

Stand 01.11.2024						
0221-638566						
Turnen-Gymnastik-Spiele						
Mu-Va-Ki-Turnen	Di.	16.00-17.00	Leuchterstr.	Handball		
Mu-Va-Ki-Turnen	Di.	09.15-10.30	Lippeweg	Bambinis (4-6 J.)	Mi.	16.30-17.30 Rosenmaar
Mu-Va-Ki-Turnen	Mi.	16.00-17.00	Leuchterstr.	Minis (7 J.)	Mi.	16.30-17.30 Rosenmaar
Mu-Va-Ki-Turnen	Mi.	17.00-18.00	Leuchterstr.	F-Jgd. (8 J.)	Mi.	17.30-18.30 Rosenmaar
Mu-Va-Ki-Turnen	Mi.	17.00-18.00	Leuchterstr.	E-Jgd. w. (9-10 J.)	Mi.	17.30-19.00 Thuleweg H1
Mu-Va-Ki-Turnen	Do.	13.00-14.00	Lippeweg	E-Jgd. m. (9-10 J.)	Di.	17.00-19.00 Thuleweg H2
Krabbelgruppe	Do.	09.10-09.55	Lippeweg		Do.	17.00-19.00 Thuleweg H2
Spieltürnen (w+m) 3-6 J.	Mo.	16.00-17.00	Leuchterstr.	D-Jgd. m.+w. (11-12 J.)	Di.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Spieltürnen (w+m) 3-6 J.	Fr.	16.00-17.00	Leuchterstr.		Do.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Spieltürnen (w+m) 3-6 J.	Fr.	17.00-18.00	Leuchterstr.	C-Jgd. w. (13-14 J.)	Mo.	18.00-19.30 Beuthenerstraße
Rund um den Ball (w+m) 3-4 J.	Mo.	16.30-17.30	Rosenmaar		Do.	17.30-19.00 Thuleweg H1
Rund um den Ball (w+m) 5-7 J.	Di.	17.10-17.55	Leuchterstr.	C-Jgd. m. (13-14 J.)	Mo.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Rund um den Ball (w+m) 7-10 J.	Di.	18.10-18.55	Leuchterstr.		Do.	17.30-19.00 Thuleweg H1
Kindertürnen (w+m) 6-9 J.	Mo.	17.00-18.00	Leuchterstr.			
Kindertürnen (w+m) 6-8 J.	Di.	17.00-18.00	Berlinerstr.			
Geräteturnen (w+m) ab 9 J.	Di.	18.00-19.00	Berlinerstr.	A-Jgd. w. (16-17 J.)	Di.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Gymnastik (Frauen)	Di.	19.00-20.00	Berlinerstr.		Do.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Wirbelsäulengymnastik	Mi.	17.00-18.00	Berlinerstr.	Damen	Mo.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Physical Fitness für sie & ihn	Mo.	20.00-22.00	Berlinerstr.		Do.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Seniorengymnastik	Do.	12.10-12.55	Lippweg 29	Herren	Mo.	20.30-22.00 Thuleweg H1
Freizeitsport						
Touch Rugby	Sa.	11.00-14.00	Rasenpl./Am Flachsacker	Traditionsmannschaft	Mi.	18.30-20.00 Rosenmaar
Fußball Kleen Eck	Mi.	20.00-21.30	Kunstrasen Vereinsgelände			
Fußball Hallenkicker	Fr.	18.30-20.00	Thymianweg	Judo		
Basketball						
Schnupper- und Grundlagentraining						
U8-U10offen (6-9 J.)	Mo.	17.00-18.00	Thuleweg H2	Anfänger 5-7 J.	Fr.	16.15-18.15 Berlinerstr.
	Fr.	17.15-18.30	Thymianweg	Kinder / Anfänger ab 7 J.	Mo.	16.30-18.15 Berlinerstr.
U12-U14offen (10-13 J.)	Mi.	17.00-18.30	Thymianweg	Jugendliche/Erwachsene ab 12 J.	Do.	17.00-19.00 Berlinerstr.
	Fr.	16.00-17.15	Thymianweg		Mo.	18.15-20.00 Berlinerstr.
U16offen (14-15 J.)	Mo.	18.30-19.30	Thymianweg	Fitnessstraining ab 15 J.	Fr.	18.15-20.15 Berlinerstr.
	Mi.	18.00-19.00	Berlinerstr.	Wettkampffraining ab 15 J.	Do.	19.00-20.00 Berlinerstr.
				Jugendliche 12-17 J. / "Open-Mat" ab 18 J.	Do.	20.00-21.00 Berlinerstr.
					Fr.	18.15-20.15 Berlinerstr.
Spielbetrieb						
U12offen (10-11 J.)	Mo.	17.45-19.00	Portzenacker	Sport f. Menschen mit Behinderungen		
	Do.	17.15-18.30	Thymianweg	kleine Gruppe (6-15 Jahre) w+m	Sa.	09.30-11.00 Rosenmaar
U14offen (12-13 J.)	Mo.	16.30-17.45	Portzenacker			
	Do.	18.30-19.45	Thymianweg	große Gruppe (ab 16 Jahre) w+m	Sa.	11.00-12.30 Rosenmaar
U16m (14-15 J.)	Mo.	19.00-20.30	Portzenacker	Kurse		
	Mi.	18.30-20.00	Thymianweg	Fit mit Kinderwagen	Mo.	10.00-11.00 Vereinsgelände
U19m (16-18 J.)	Mo.	20.00-21.30	Thuleweg H2	Zumba	Mo.	18.00-19.00 Leuchterstr.
	Mi.	19.00-20.15	Berlinerstr.	BauchOberschenkelPo	Mo.	19.00-20.00 Leuchterstr.
Herren 1	Mo.	20.00-22.00	Rosenmaar	Starker Rücken für Frauen	Mo.	20.00-21.00 Leuchterstr.
	Mi.	20.00-22.00	Rosenmaar	Rückenfit für Männer	Mi.	18.00-19.00 Leuchterstr.
Herren 2	Mi.	20.00-22.00	Thymianweg	Bodyfit	Mi.	19.00-20.00 Leuchterstr.
	Fr.	20.00-22.00	Rendsburger Platz	Jumping Fitness	Do.	19.00-20.00 Leuchterstr.
Laufen/Walken/Nordic Walken						
Rehabilitations-Kurse						
Laufen/Walken	Di.	ab 18.00	Schützenpl.	Lungensport		
Laufen/Walken	Fr.	ab 18.00	Schützenpl.	COPD 1	Do.	15.15-16.00 Lippeweg 29
Laufen/Walken	So.	ab 09.00	Schützenpl.	COPD 2	Do.	16.15-17.00 Lippeweg 29
				COPD 3	Do.	17.15-18.00 Lippeweg 29
Hockey						
U6 Bambini (w+m)	Di.	16.00-17.00	Thuleweg H1	orthopädischer Sport		
U8w	Di.	16.00-17.30	Bergischer Ring	Schulter/Halswirbel-/Brustwirbelsäule		
	Sa.	11.00-12.30	Kunstrasen Vereinsgelände	Arthrose/künstl. Gelenke		
U8m	Di.	17.00-18.45	Thuleweg H2	Funktionelle Wirbelsäulengym. 2	Di.	09.10-09.55 Am Schild 31, Berg.Glad.
	Mi.	16.30-18.00	Kunstrasen Vereinsgelände 1	Funktionelle Wirbelsäulengym. 3	Di.	10.10-10.55 Am Schild 31, Berg.Glad.
U10w	Di.	16.30-18.00	Kunstrasen Vereinsgelände	Sitz- und Stuhlgymnastik 1	Di.	11.00-11.45 Am Schild 31, Berg.Glad.
	Fr.	16.00-17.00	Thuleweg H1	Stütz- u. Bewegung 1	Mi.	09.45-10.30 Lippeweg 29
U10m	Mi.	16.30-18.00	Kunstrasen Vereinsgelände 2	Stütz- u. Bewegung 2	Mi.	10.45-11.30 Lippeweg 29
	Fr.	17.00-18.00	Thuleweg H1	Sitz- und Stuhlgymnastik 2	Mi.	11.40-12.25 Lippeweg 29
U12w	Do.	17.30-19.30	Kunstrasen Vereinsgelände	Funktionelle Wirbelsäulengym. 1	Do.	18.15-19.00 Portzenacker
	Sa.	11.30-12.30	Thuleweg H1			
U12m	Mi.	18.00-20.00	Kunstrasen Vereinsgelände 1	Herzsport		
	Fr.	18.00-19.00	Thuleweg H1	Herzsport (mit anwesendem Arzt)	Mo.	18.30-20.00 Rosenmaar
U14w	Di.	17.30-18.30	Bergischer Ring		Do.	18.30-20.00 Rosenmaar
	Fr.	17.30-19.30	Kunstrasen Vereinsgelände 2			
U14m	Di.	19.00-20.30	Thuleweg H1	Volleyball		
	Mi.	18.00-20.00	Kunstrasen Vereinsgelände	weibliche Jugend U14	Di.	17.30-19.00 Thymianweg
	Fr.	19.00-20.30	Thuleweg H1	weibliche Jugend U16	Di.	19.00-20.30 Thymianweg
U16w	Di.	17.30-18.30	Bergischer Ring	männliche Jugend U18	Fr.	18.30-20.00 Rosenmaar
	Do.	17.30-19.30	Portzenacker	Hobby-Mixed Volleyball I	Do.	19.45-22.00 Thymianweg
U16m	Di.	18.30-19.45	Bergischer Ring	Hobby-Mixed Volleyball II	Di.	20.30-22.00 Thymianweg
	Fr.	17.30-19.30	Kunstrasen Vereinsgelände 1	Herrmannschaft	Di.	20.00-22.00 Rosenmaar
U18w	Mo.	20.30-22.00	Thuleweg H1		Fr.	20.15-22.00 Berliner Str.
	Sa.	10.00-11.30	Thuleweg H1	Beachvolleyball	Di.	18.00-20.00 Waldbad
U18m	Mi.	20.00-22.00	Thuleweg H1		Do.	18.00-20.00 Waldbad
	Fr.	20.30-22.00	Thuleweg H1			
Damen	Mo.	20.30-22.00	Thuleweg H1	Tanz		
	Sa.	10.00-11.30	Thuleweg H1	Eltern-Kind rhyth. Tanz- & Turngruppe	Di.	11.30-12.30 Lippeweg 29
Herren	Mi.	20.00-22.00	Thuleweg H1		Do.	10.00-11.00 Lippeweg 29
	Fr.	20.30-22.00	Thuleweg H1	Kängurutanzen	Di.	10.45-12.00 Lippeweg 29
Elternmannschaft	Do.	19.30-21.00	Portzenacker	Kindertanz (3-4 J.)	Di.	15.10-16.00 Lippeweg 29
	Sa.	12.30-14.00	Thuleweg H1		Do.	16.10-16.55 Leuchterstr.
Badminton						
offenes Spiel	Mi.	19.00-22.00	Thuleweg H2	Kindertanz (5-7 J.)	Do.	17.10-17.55 Leuchterstr.
				Kindertanz (7-13 J.)	Do.	18.10-18.55 Leuchterstr.
				Gardetanz (ab 13 Jahren - Erwachsene)	Mo.	20.00-21.30 Rosenmaar
Tennis						
Informationen : Eugen Schmidt, Tel: 606390				Paartanz	Mi.	16.30-18.00 Portzenacker
				rhythmischer Seniorentanz	Fr.	19.00-21.00 Leuchterstr.
					Do.	11.10-11.55 Lippeweg 29
Boule						
Hobbymannschaft	Mo.	14.30-20.00	Boulebahn Vereinsgelände			
	Mi.	14.30-20.00	Boulebahn Vereinsgelände			
Meisterschaftsmannschaft	Mo.	14.30-20.00	Boulebahn Vereinsgelände			
	Mi.	14.30-20.00	Boulebahn Vereinsgelände			
	Do.	17.00-21.00	Boulebahn Vereinsgelände			

Die aktuellsten Trainingszeiten finden Sie immer auf unserer Homepage bei der entsprechenden Mannschaft/Gruppe/Kurs unter www.duennewalder-tv.de