

Stand 17.04.2023						
0221-638566						
Turnen-Gymnastik-Sniek				Handball		
Mu-Va-Ki-Turnen	Di.	16.00-17.00	Leuchterstr.	Bambinis (4-6 J.)	Mi.	16.30-17.30 Rosenmaar
	Mi.	16.00-17.00	Leuchterstr.	Minis (7.J.)	Mi.	16.30-17.30 Rosenmaar
	Mi.	17.00-18.00	Leuchterstr.	F-Jgd. (8.J.)	Mi.	17.30-18.30 Rosenmaar
Spielturnen (w+m) 3-5 J.	Mo.	16.00-17.00	Leuchterstr.	E-Jgd. w. (9-10 J.)	Mi.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Kinderturnen (w+m) 6-9 J.	Mo.	17.00-18.00	Leuchterstr.	E-Jgd. m. (9-10 J.)	Mi.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Spielturnen (w+m) 3-5 J.	Fr.	16.00-17.00	Leuchterstr.		Do.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Spielturnen (w+m) 3-5 J.	Fr.	17.00-18.00	Leuchterstr.	D-Jgd. m.+w. (11-12 J.)	Mo.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Rund u.d. Ball 5-10 J.	Do.	16.00-17.00	Thuleweg		Do.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Kinderturnen (w+m) 5-8 J.	Di.	17.00-18.00	Berlinerstr.	C-Jgd. w. (13-14 J.)	Mo.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Geräteturnen (w+m) ab 8J.	Di.	18.00-19.00	Berlinerstr.		Do.	17.00-19.00 Thuleweg H1
Gymnastik (Frauen)	Di.	19.00-20.00	Berlinerstr.	C-Jgd. m. (13-14 J.)	Mo.	17.30-19.00 Thuleweg H1
Gymnastik (Frauen)	Di.	20.00-21.00	Berlinerstr.		Do.	17.30-19.00 Thuleweg H1
Wirbelsäulengymnastik	Mi.	17.00-18.00	Berlinerstr.	A-Jgd. w. (16-17 J.)	Di.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Wirbelsäulengymnastik	Mi.	17.00-18.00	Berlinerstr.		Do.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Physical Fitness für sie & ihn	Mo.	20.00-22.00	Berlinerstr.	Damen	Mo.	19.00-20.30 Thuleweg H1
					Do.	19.00-20.30 Thuleweg H1
Freizeitsport				Herren	Mo.	20.30-22.00 Thuleweg H1
Tanz Paare	Fr.	19.00-21.00	Leuchterstr.		Do.	20.30-22.00 Thuleweg H1
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	Judo		
Fußball Hallenkicker	Fr.	18.30-20.00	Thymianweg	Anfänger 5-7 J.	Fr.	16.15-18.15 Berlinerstr.
				Kinder / Anfänger ab 7 J.	Mo.	16.30-18.15 Berlinerstr.
Basketball						
U8offen (6-7 Jahre/w+m)	Mo.	16.30-17.30	Portzenacker		Do.	17.00-19.00 Berlinerstr.
	Do.	17.30-18.30	Thymianweg	Jugendliche/Erwachsene ab 12 J.	Mo.	18.15-20.00 Berlinerstr.
U10offen (8-9 Jahre/w+m)	Mo.	16.30-17.30	Portzenacker		Fr.	18.15-20.15 Berlinerstr.
	Do.	17.30-18.30	Thymianweg			
U12offen (10-11 Jahre/w+m)	Mo.	17.30-19.00	Portzenacker	Fitnesstraining ab 15 J.	Do.	19.00-20.00 Berlinerstr.
	Do.	18.30-19.30	Thymianweg			
U14offen (12-13 Jahre/w+m)	Fr.	17.00-18.30	Thymianweg	Wettkampfttraining ab 15 J.	Do.	20.00-21.00 Berlinerstr.
Grundlagen				Jugendliche 12-17 J. / "Open-Mat" ab 18 J.	Fr.	18.15-20.15 Berlinerstr.
U14offen (12-13 Jahre/w+m)	Mo.	19.00-20.30	Portzenacker			
Fortgeschrittene	Mi.	18.30-20.00	Thymianweg			
U16m (14-15Jahre)	Mo.	19.00-20.30	Portzenacker	Sport f. Menschen mit Behinderungen (ab 8 J.)	Sa.	11.00-12.30 Rosenmaar
	Mi.	18.30-20.00	Thymianweg			
U18m (16-17Jahre)	Mo.	19.00-20.30	Portzenacker	Kurse		
	Mi.	18.30-20.00	Thymianweg	Fit mit Kinderwagen	Mo.	10.00-11.00 Vereinsgelände
Herren 1	Mi.	20.00-22.00	Thymianweg	Zumba	Mo.	18.00-19.00 Leuchterstr.
	Fr.	20.00-22.00	Thymianweg	Bauch/OberschenkelPo	Mo.	19.00-20.00 Leuchterstr.
Herren 2	Mi.	20.00-22.00	Thymianweg	Starker Rücken für Frauen	Mo.	20.00-21.00 Leuchterstr.
	Fr.	20.00-22.00	Thymianweg	Rückenfit für Männer	Mi.	18.00-19.00 Leuchterstr.
Open gym (w+m)	Mo.	20.30-22.00	Portzenacker	Bodyfit	Mi.	19.00-20.00 Leuchterstr.
				Jumping Fitness	Do.	18.00-19.00 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 (w+m)	Mo.	15.30-17.00	Thuleweg	orthopädischer Sport		
	Do.	15.30-17.00	Thuleweg	Schulter/Halswirbel-/Brustwirbelsäule		
U8w	Mo.	15.30-17.00	Thuleweg	Arthrose/künstl. Gelenke		
	Sa.	09.30-11.00	Thuleweg	Funktionelle Wirbelsäulengym. 2	Di.	09.10-09.55 Am Schild 31, Berg.Glad.
U8m	Mo.	17.00-18.30	Thuleweg	Funktionelle Wirbelsäulengym. 3	Di.	10.10-10.55 Am Schild 31, Berg.Glad.
	Do.	17.00-18.00	Thuleweg	Sitz- und Stuhlgymnastik 1	Di.	11.00-11.45 Am Schild 31, Berg.Glad.
U10w	Mo.	17.00-18.30	Thuleweg	Stütz- u. Bewegung 1	Mi.	09.45-10.30 Lippeweg 29
	Fr.	16.30-18.00	Thuleweg	Stütz- u. Bewegung 2	Mi.	10.45-11.30 Lippeweg 29
U10m	Di.	16.00-17.30	Thuleweg	Sitz- und Stuhlgymnastik 2	Mi.	11.40-12.25 Lippeweg 29
	Fr.	16.30-18.00	Thuleweg	Funktionelle Wirbelsäulengym. 1	Do.	18.15-19.00 Portzenacker
U12w	Mi.	17.00-18.30	Thuleweg			
	Do.	17.00-18.30	Thuleweg			
U12m	Di.	17.30-19.00	Thuleweg			
	Fr.	18.00-20.00	Thuleweg			
U14w	Mo.	18.30-20.00	Thuleweg	Herzsport		
	Do.	18.00-19.30	Thuleweg	Herzsport (mit anwesendem Arzt)	Mo.	18.30-20.00 Rosenmaar
U14m	Mo.	19.00-20.30	Thuleweg		Do.	18.30-20.00 Rosenmaar
	Di.	19.00-20.30	Thuleweg			
U16w	Mo.	18.30-20.00	Thuleweg			
	Mi.	18.30-20.00	Thuleweg	Rehasport für Menschen mit psychischen und suchtspezifischen Symptomen		
U16m	Mo.	20.30-22.00	Thuleweg	Hallensport für psych. Erk. 1	Mi.	18.30-20.00 Berlinerstr.
	Di.	18.30-20.00	Thuleweg	Hallensport für psych. Erk. 2	Mi.	20.00-21.30 Berlinerstr.
U18w	Mo.	20.30-22.00	Thuleweg			
	Do.	19.00-20.30	Thuleweg	Tennis		
U18m	Di.	20.30-22.00	Thuleweg			
	Do.	20.30-22.00	Thuleweg	Informationen : Eugen Schmidt, Tel: 606390		
Damen	Mo.	20.30-22.00	Thuleweg			
	Do.	19.00-20.30	Thuleweg	Boule		
Herren	Di.	20.30-22.00	Thuleweg	Hobbymannschaft	Mo.	14.30-20.00 Boulebahn Vereinsgelände
	Do.	20.30-22.00	Thuleweg		Mi.	14.30-20.00 Boulebahn Vereinsgelände
Elternmannschaft	Do.	19.30-21.00	Thuleweg	Meisterschaftsmannschaft	Mo.	14.30-20.00 Boulebahn Vereinsgelände
					Mi.	14.30-20.00 Boulebahn Vereinsgelände
					Do.	17.00-21.00 Boulebahn Vereinsgelände
Volleyball						
männliche Jugend U16m	Fr.	18.30-20.00	Rosenmaar	Badminton		
männliche Jugend U18m	Mi.	18.00-19.30	Rendsburger Platz	offenes Spiel	Mi.	19.00-22.00 Thuleweg H2
Hobby-Mixed Volleyball I	Do.	19.45-22.00	Thymianweg			
Hobby-Mixed Volleyball II	Mi.	18.00-19.30	Rendsburger Platz			
	Fr.	20.00-22.00	Rendsburger Platz			
Herrenmannschaft	Di.	20.00-22.00	Rosenmaar			
Beachvolleyball	Di.	18.00-20.00	Waldbad			
	Do.	18.00-20.00	Waldbad			