

# Übungsstunden der Turnabteilung

Sommerhalbjahr 01.04.2018 bis 14.10.2018

Ansprechpartner: Michael Mrowietz,  
Telefon 01515 528 4488, email: michael.mrowietz@scegliesmarode.de

Tag	Uhrzeit	Ort	Gruppe	Übungsleiter / Telefon
<b>Kinderturnen</b>				
Mo	15:00 - 16:00	T	Gerättturnen (1.-3. Klasse)	I. Fichtner / 0531- 377 736
	16:00 - 17:00	T	Gerättturnen (ab. 4. Klasse)	
Di	14:30 - 15:15	T	Eltern / Kind (1,5 bis 3 Jahre)	S. Kludas / 0531- 376 414
	15:15 - 16:00	T		
	16:00 - 16:45	T		
	16:45 - 17:30	T		
Mi	14:30 - 15:15	T	nach Bedarf	I. Fichtner 0531- 377 736
	15:15 - 16:00	T	Vorschulkinder	
	16:00 - 16:45	T	5 Jahre	
	16:45 - 17:30	T	4Jahre	
<b>Leistungsgerättturnen (Kunstturnen)</b>				
Mo	17:00 - 19:00	S	Anfänger (5-8 Jahre)	S. Deutz / 0170- 353 2903
Di	17:30 - 19:00	T	Anfänger (5-8 Jahre)	
Mi	18:00 - 20:00	T	Fortgeschrittene (w, ab 10 Jahre) (Wettkampftraining)	N. Dinter / 0531- 376 858 J. Marek / 0531- 1288 7542 A. Knieriem / ...
Do	16:00 - 18:00	T		
Fr	15:00 - 18:30	T		
Sa	09:30 - 11:30	T		
<b>Gymnastik / Fitness für Erwachsene</b>				
Mo	18:00 - 19:00	T	Fitness-Gymnastik 60 Plus (w)	A. Blank / 0531- 374 929
	19:00 - 20:00	T	Body Fit (w)	A. Blank / 0531- 374 929
	20:15 - 21:15	T	Aktiv Fit (w)	I. Fichtner / 0531- 377 736
Di	08:45 - 09:45	J	Wirbelsäulengymnastik	A. Blank / 0531- 374 929
	10:00 - 11:00	J		
Mi	20:30 - 21:30	T	Late Night Fitness	I. Fichtner / 0531- 377 736
	17:00 - 18:00	J	Fitness 65 Plus	V. Pedersen
Do	08:30 - 09:30	J	Damengymnastik	A. Blank / 0531- 374 929
	09:45 - 10:45	J	Wirbelsäulengymnastik	A. Blank / 0531- 374 929
	18:00 - 19:00	T	Wirbelsäulengymnastik	I. Fichtner / 0531- 377 736
	19:00 - 20:00	T		
	20:00 - 21:00	T		

Tag	Uhrzeit	Ort	Gruppe	Übungsleiter / Telefon
<b>Tai Chi</b>				
Mo	08:30 - 09:45	J	(K) Tai Chi	A. Blank / 0531- 374 929
Do	18:30 - 19:30	J	(K) Taiji/Qigong	
<b>Pilates</b>				
Di	18:30 - 19:30	J	(K) Anfänger	A. Blank / 0531- 374 929
	19:45 - 20:45	J	(K) Fortgeschrittene	
Mi	19:30 - 20:30	J	Männer, Fortgeschrittene	V. Pedersen / ...
<b>Tanzen / Zumba©</b>				
Di	14:00 - 15:00	J	Lateinamerikanische Tänze	C. Schwarze / 0531- 330 523
	15:30 - 16:30	J	Dancekids (6-9 Jahre)	C. Schwarze / 0531- 330 523
Mi	18:00 - 19:00	J	(K) Zumba© Fitness	V. Pedersen / ...
<b>Senioren sport</b>				
Mo	18:00 - 19:00	V	Gymnastik	K. Schwalki / 0531- 376 431 (*)
	19:00 - 21:00	V	Gymnastik Männer 50+	G. Jäger / 0531- 373 695 (*)
<b>Volleyball</b>				
Di	19:00 - 20:30	T	Spielgruppe	H. Marquardt / 0531- 376 903
Fr	20:00 - 22:00	T	Spielgruppe	N. Blank / 0531- 374 929
<b>Wandergruppe</b>				
Termine siehe besondere Ankündigungen				G. Jäger / 0531- 373 695
<b>Walking-Treff</b>				
Mi	08:30	n.V.		G. Rennecke / 0531- 371 136 (*)
Do	09:00	n.V.		H. Grünwald / 0531- 363 227 (*)

Sofern nicht anders angegeben (z.B. als „w“ oder „m“), sind alle Übungsgruppen gemischte Gruppen

(\*) Ansprechpartner.

(K) zeitlich begrenzter Kurs, auch für Nichtmitglieder. Für Kursgebühren und Termine bitte separate Ankündigungen beachten

Orte:

- T Turnhalle SCE
- J Jahnzimmer SCE
- S Turnhalle Schapen
- V Turnhalle Volkmarode, Unterdorf
- nV Treffpunkt nach Vereinbarung