

Sportangebote im Überblick

Montag	16:00 – 19:00 Uhr	RSG Training versch. ÜL	Sporthalle Alte Ziegelei
	17:00 – 18:00 Uhr	Haltung/Bewegung C. Bennemann	Draußen, nach Absprache
	18:00 – 19:15 Uhr	XCO Walking/Brasil Workout A. Dücker	Draußen, Treffpunkt GS
	19:00 – 20:30 Uhr	Yoga Andrea Schrottenloher	Sporthalle GS Große Heide
Dienstag	08:45 – 10:00 Uhr	Haltung/Bewegung Erwin Buhler	Sporthalle Alte Ziegelei
	09:00 – 10:00 Uhr	Aktiv i. Ruhestand M. Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	10:15 – 11:30 Uhr	Eltern Kind Turnen M. Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	14:30 – 19:00 Uhr	Gerätturnen (Leistung) C. Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	16:00 – 22:00 Uhr	Badminton versch. Trainer	Sporthalle Alte Ziegelei
	18:00 – 19:00 Uhr	Haltung Bewegung J. Paul	Sporthalle GS Große Heide
	19:15 – 20:15 Uhr	Pilates J. Paul	Sporthalle GS Große Heide
Mittwoch	15:00 – 17:00 Uhr	Boule Treff	Umkleide Sportplatzgelände
	16:15 – 17:45 Uhr	Gerätturnen (o. Wettkampf) T. Deppe	Sporthalle Alte Ziegelei
	17:00 – 18:00 Uhr	Gymnastik für Sie M. Reker-Luthe	Sporthalle GS Große Heide
	18:00 – 18:45 Uhr	Reha-Haltung/Bewegung P. Schomaker	Sporthalle GS Große Heide
	19:00 – 20:00 Uhr	Stepmix / Kondition mit P. Schomaker	Sporthalle GS Große Heide
	18:30 – 19:45 Uhr	Haltung/Bewegung C. Bennemann	Draußen, nach Absprache
	20:00 – 21:00 Uhr	Er & Sie Fit wie nie Henrike Keil	Sporthalle Alte Ziegelei
Donnerstag	09:00 – 10:00 Uhr	Fit am Morgen M. Schöngarth	Sporthalle Alte Ziegelei
	16:00 – 19:00 Uhr	Gerätturnen(Leistung) C. Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	18:00 – 22:00 Uhr	Badminton versch. Trainer	Sporthalle Alte Ziegelei
	19:00 – 20:00 Uhr	Zumba mit Melanie Dinse	Sporthalle GS Große Heide
	19:15 – 20:15 Uhr	Bodyforming	Draußen/Halle Waldorfsch.
Freitag	08:00 – 09:00 Uhr	XCO Walking Annette Dücker	Treffpunkt Parkpl. Sportplatz
	08:15 – 09:00 Uhr	Reha Sport mit Siggie Höker	Sporthalle Alte Ziegelei
	09:15 – 11:30 Uhr	Eltern Kind Turnen	Sporthalle Alte Ziegelei
	15:15 – 16:15 Uhr	HipHop mit Maika Twelker	Sporthalle GS Große Heide
	15.30 – 19:00 Uhr	RSG mit versch. Trainerinnen	Sporthalle Alte Ziegelei
Samstag	10:00 – 13:00 Uhr	Gerätturnen(Leistung) C. Schröder	Sporthalle Alte Ziegelei
	10:00 – 13:00 Uhr	RSG Hobbygruppe K. Kuhrs	Sporthalle Alte Ziegelei

Fußballtrainingszeiten

MO und DO	19:00 – 20:30 Uhr	A-Jugend - S. Gößling / R. Weber	Sportplatzgelände
MO und DO	17:30 – 19:00 Uhr	B-Jugend - Maik u. Philip Harrison	Sportplatzgelände
DI und DO	17:30 – 19:00 Uhr	C-Jugend - Christian Manig u. Helfer	Sportplatzgelände
MI und FR	17:30 – 19:00 Uhr	D-Jugend - C. Liebold/M. Wehmhöner	Sportplatzgelände
DI und DO	16:30 – 18:00 Uhr	E-Jugend - Viola Knehans u. Helfer	Sportplatzgelände
MO und MI	17:00 – 18:00 Uhr	F-Jugend - Lennart Knitter u. Helfer	Sportplatzgelände
Freitag	16:30 – 17:30 Uhr	G-Jugend - Artjom Hibert u. Helfer	Sportplatzgelände

Sportler*innen die sich hier nicht wiederfinden, fragen bitte bei den Trainer*innen / Übungsleiter*innen oder im Vereinsbüro nach

Stand: 17. Juni 2020