

Gesundheitssport					
Pilates	TSG Haus	Montag	09:00-10:15	Francis Brockpähler	04733-8127 AB
Hallenbossein	Turnhalle	Montag	17:00-19:00	Dirk Vibrans-Gaida	0171-3627469
Yoga	TSG Haus	Mittwoch	11.00-12.00	Anke Graf	0175-1942810
Yoga	TSG Haus	Mittwoch	17.00-18.00	Anke Graf	0175-1942810
Walking I	Fahrradstand Strand	Mittwoch	9:00 (Winter 10:00)	Erich Hodel	04733-1852
Rückenschule	TSG Haus	Dienstag	09:00-10:15	Francis Brockpähler	04733-8127 AB
Bewegung im Wasser	Center Parcs Tossens	Dienstag	08.00-09.00	Silke Janßen	0173-5892633
Walking II	Hoddersdiek 16	Dienstag	08:30	Petra Kück	04733-8293
Walking II	Hoddersdiek 16	Mittwoch	16:30	Petra Kück	04733-8293
Er & Sie Fitnesstraining	Turnhalle	Montag	19:00-20:00	Ummo Jürgens	04733-173748
TSG Lauftreff	TSG Haus	Dienstag	19.30	Toni Mathar	0157-52058820
Gymnastik					
Herren Gymnastik	Turnhalle	Dienstag	17:30-19:00	Manfred Bruns	04733-1374
BodyGym Kurse	TSG Haus	Montag	18:30-20:00	Hilke Schultze	04733-9218985
Chi-Yoga-Dance	TSG Haus	Donnerstag	19:00-20:00	Jana Siefken	0151-59459753
50plus - Gesundheits-/Fitnesstraining	Turnhalle	Donnerstag	17:00-18:00	Doris Preuße	04733-174198
Gymnastik II	TSG Haus	Mittwoch	09:30-10:30	Ursula Büscher	04733-249591
Fit am Morgen (Laufen/Radfahren)	Treffpunkt: Turnhalle	Mittwoch	09:00-10:00	Erika Bruns	04733-1374
Sportabzeichen	Sportplatz	Termine auf Homepage/Whatsapp		Petra Kück	01522-3411635
Stuhlgymnastik	TSG Haus	Freitag	17:30-18:30	Barbara Entrich	04733-533
Ballsport					
Badminton	Turnhalle	Montag	18:00-20:00	Daniel Schweren	0173-3525706
Basketball Herren	Turnhalle	Dienstag	18:30-20:00	Uwe Hänßler	0178-1965171
Boule	Hinter Spielscheune	Freitag (im Winter ab 16 h)	17.00-19.00	Helmut Becker	0176-62915013
Volley-Ball Mixed	Turnhalle	Mittwoch	20:00-22:00	Busemann/Decken	04733-1213
Volley-Ball Leistung Herren	Turnhalle	Freitag	19:30-22:00	Torsten Lahrman	04734-109088
Fußball Herren	Sportplatz	Versch. Termine		Mike Timmermann	0172-8415375
Fußball U40	Sportplatz	Montag	20:00-22.00	Philip Hasemann	01627448408
Walking Fußball	Sportplatz	Donnerstag	19:00-20:30	Thomas Scheffel	01522-2889559
Kinder und Jugendliche					
Fußball Jugend	Sportplatz	Versch. Termine		Michael Wobschall	0160-5723188
Eltern/Kind-Turnen	Turnhalle	Montag	15:30-17:00	Nina Timmermann	017684111698
Strandpiraten (4-6 Jahre)	Turnhalle	Donnerstag	15:30-17:00	Sandra Grüner	0152-21923079
Erlebnis-Turnen (7-10 Jahre)	Turnhalle	Dienstag	15:10-16:10	Sabine Linneweber	01520-9452453
Basketball Jugendliche	Turnhalle	Dienstag	17.30-18.30	Uwe Hänßler	0178-1965171
Tanzen Erwachsene					
Tanzen Ehepaare I	TSG Haus	Dienstag	20:00-21:00	Roberto Hoffmann	04731-247775
Tanzen Ehepaare II	TSG Haus	Dienstag	21:00-22:00	Roberto Hoffmann	04731-247775
Tanzen Mädchen 6-11 Jahre	TSG Haus	Donnerstag	16:30-17:30	Christina Wolfram	0162-8831694
Tanzen Jugendliche 12-16 Jahre	TSG Haus	Donnerstag	17:30-19:00	Christina Wolfram	0162-8831694
Zumba	TSG Haus	Dienstag	18:50-19:50	Britta Schareina	0174-2421406
Fahrradfahren	ab TSG Haus	Donnerstag	18:00	Holger Wulff	0160-7620638
Stricken	TSG Haus	Donnerstag, jede 2. Woche	9:00	Barbara Entrich	04733-533