

Übungsplan ab Herbst 2008

Letzte Aktualisierung Mittwoch, 13 Mai 2009

Sportart	Gruppe	Tag	Zeit	Übungsleiter	Sportanlage	Badminton	Jugend und Erw.	Mo.	2
	Neumann WvSG Turnhalle	Basketball	Jugend und Herren	Mo.	19.00-21.00 Uhr	Geisler/Achtel	Deilich-Halle		
	18.30-20.00 Uhr Geisler WvSG Sporthalle	Ü39	Di.	17.00-18.00 Uhr	Winsemann	GHS Turnhalle	U18 M		
	Uhr Ihlenborg WvSG Sporthalle	Herren	Fr.	19.00-21.00 Uhr	Ihlenborg WvSH Turnhalle	Jugend	Do.	18	
	Geisler/Achtel WvSG Sporthalle	Herren	Do.	20.00-21.30 Uhr	Ihlenborg WvSG Sporthalle	Mix, Kinder 6-10			
	15.00 Uhr Neumann MTK-Halle	Rehabilitations-sport	Koronar	Di.	20.00- 21.30 Uhr	Cramme	GHS Turnhalle		
	Rückengymnastik	Fr	09.00-10.00 Uhr	Cramme	MTK-Heim	Rückengymnastik	Fr	10.00-11.00 Uhr	Cramme
	Kegeln jeden 4. Donnerstag	Do.	20.00-22.00 Uhr	Warnecke	An der Radau	Leichtathletik	im Sommer	Fr.	1
	Uhr U. Bruns Planstraße	im Winter	Fr.	15.00-17.00 Uhr	U. Bruns	GHS Turnhalle	Nordic-Walking	im Win	
	19.00 Uhr Cramme Golfcafe	Walking	im Sommer	Mo.	19.00-20.00 Uhr	Cramme	Stadtpark	Schwimmen	
	bis 11 J. Mo.	17.00-18.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad	Leistungsgruppe 1	Mo.	17.00-18.00 Uhr	Neumann	
	Silberbornbad	Seepferdchen 1	Di.	17.00-18.00 Uhr	Burghardt	Silberbornbad	Seepferdchen 2	Di.	17.00-
	Metz Silberbornbad	Seepferdchen 3	Di.	17.00-18.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad	Anf.-Gruppe o. Eltern		
	18.00 Uhr Sollorz/Weissenberg Silberbornbad	Anf.-Gruppe o. Eltern	Di.	18.00-19.00 Uhr	Sollorz/Weissenberg				
	Silberbornbad	Anf./ Seepf./ Froschgr.	Di.	18.00.19.00 Uhr	Fenker	Silberbornbad	Leistungsgruppe 2	Di.	
	Uhr Metz Silberbornbad	Breitensport bis 14 J.	Di.	18.00-19.00 Uhr	Rinke	Silberbornbad	Leistungsgruppe		
	20.00 Uhr Neumann Silberbornbad	Babygruppe	Mi.	8.30-9.15 Uhr	Dominik	Silberbornbad	Wassergymnas		
	9.45 Uhr Himstedt Silberbornbad	Anf.-Gruppe m. Eltern	Fr.	16.00-17.00 Uhr	Sollorz/Weissenberg	Silberbornba			
	Gruppe m. Eltern	Fr.	17.00-18.00 Uhr	Sollorz/Weissenberg	Silberbornbad	Anf./Seepf./ Froschgr.	Fr.	16.00-17.	
	Fenker/Neumann Silberbornbad	Seepferdchen 1	Fr.	16.00-17.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad	Seepferdch		
	17.00-18.00 Uhr Metz Silberbornbad	Seepferdchen 3	Fr.	17.00-18.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad	Leist		
	Fr.	18.00-19.00 Uhr Metz Silberbornbad	Leistungsgruppe 1	Fr.	18.00-20.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad		
	19.00-20.00 Uhr Neumann Silberbornbad	Breitensport	Di.	20.00-21.00 Uhr	Neumann	Silberbornbad	Wasser-gymnastik		
	Fr.	18.00-18.30 Uhr Neumann Silberbornbad							
	Mi.	09.00-09.45 Uhr Himstedt Silberbornbad	Tanzen Folklore	Di	18.00-19.15 Uhr	Wallat, Edda	MTK-Heim		
	Junggebliebene	Do	10.30-11.30 Uhr	Wallat, Edda	MTK-Heim	Turnen Eltern + Kinder	Mi	15.00-16.00 Uhr	Ne
	MTK-Heim	Eltern + Kinder (klein)	Mi	16.00-16.45 Uhr	Neumann	MTK-Heim	Kinderturnen 6-10 J.	Mo.	15
	Paul GHS Turnhalle	Kindertanzen	Fr.	16.00-18.00 Uhr	Dixon	MTK-Heim	Gymnastik + Spiele	Mo	10.00
	Cramme/Radau MTK-Heim	Gymnastik	Mo	18.00-19.00 Uhr	Paul	MTK-Heim	Aerobic	Mi	18.00-19.00 U
	Herbst MTK-Heim	Aerobic	Mo	20.30-21.30 Uhr	Weber	MTK-Heim	Rückengymnastik	Fr	09.00-10.00 Uhr
	Heim	Rückengymnastik	Fr	10.00-11.00 Uhr	Cramme	MTK-Heim	Yoga 1	Di	19.15-20.30 Uhr
	MTK-Heim	Yoga 3	Di	08.45-9.45 Uhr	Dominik	MTK-Heim	Yoga 2	Do	15.30-16.30 Uhr
	Gymnastik Er + Sie	Mi	18.30-19.30 Uhr	Bruns Ulrike	WvSG Turnhalle	Damengymnastik 1	Mo	19.30-20.30 Uhr	
	Neumann WvSG Turnhalle	Damengymnastik	Di	10.00-11.00 Uhr	Neumann	MTK-Heim	Seniorinnengymna		
	16.00-17.00 Uhr Cramme MTK-Heim	Altherrengymnastik	Fr	18.30-20.00 Uhr	Wallat, Günter	MTK-Heim			
	20.00-22.00 Uhr Mattheis Sommerferien	Prellball	Altherrenprellball	Mo	19.00-20.30 Uhr	Jockisch	MTK-Heim		
	Damenprellball	Di	16.30-17.30 Uhr						
	MTK-Heim	Volleyball	Hobbygruppe Erw.	Mo	20.00-22.00 Uhr	Paul	WvSG Sporthalle	Hobbygruppe	Di
	Uhr Paul WvSG Sporthalle	Kinder	Do	18.30-20.00 Uhr	Schmidt	WvSG Sporthalle	Jugendliche	Do	18
	Paul WvSG Sporthalle	Hobbygruppe Anfänger	Do	20.00-22.00 Uhr	Paul	WvSG Sporthalle			