



Hallensportprogramm des TSV Wallenhorst

Gültig vom **01.04.2017 – 31.10.2017**

1 = Drittel am Parkplatz, 2 = mittleres Drittel, 3 = Drittel am Foyer, 4 = Hälfte vor der Bühne, 5 = zweite Hälfte

G = Gymnastikraum, F = Fitnessraum

Allgemeinsport Erwachsene (Abteilungsleitung: Marion + Peter Schulte)

Montag		
19.30 – 21.00 Uhr	Damenfitness (5)	Franziska Klumpe
Dienstag		
19.30 – 21.00 Uhr	Power Step (F)	Franziska Klumpe
19.30 – 20.30 Uhr	Damengymnastik (G)	Katrin Hinderstmann/Katja Barletta
20.00 – 22.00 Uhr	Ballsport für Männer (5)	Peter Falke
Mittwoch		
20.00 – 22.00 Uhr	Hobby – Volleyball mixed (4 + 5)	Peter Schulte
Donnerstag		
19.00 – 20.30 Uhr	Allg. Fitness (F)	Stefanie Warnecke
20.00 – 21.30 Uhr	Badminton (4 + 5)	Gerhard Lorenz
Freitag		
20.00 – 22.00 Uhr	Hobby – Volleyball mixed (1 - 3)	Peter Schulte

Gesundheitssport Erwachsene (Abteilungsleitung: Marion + Peter Schulte)

Montag		
15.30 – 16.30 Uhr	Rund um Fit - Gesundheitssport (G)	Dorothee Wochnowski
20.00 – 21.00 Uhr	Qi Gong (G)	Johanna King
Dienstag		
17.00 – 18.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik (G)	Katja Barletta
18.00 – 19.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik (G)	Katja Barletta
Mittwoch		
17.30 – 18.30 Uhr	Seniorenport (G)	Marion Schulte
Donnerstag		
10.15 – 11.15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik (G)	Marion Schulte

Allgemeinsport Kinder (Abteilungsleitung: Elisa Michael; Katrin Funhoff)

Montag

15.30 – 17.00 Uhr	Abenteuerturnen (5)	Lisa Hörnschemeyer, Joàna Laermann
-------------------	---------------------	------------------------------------

Dienstag

15.30 – 17.00 Uhr	Miniturnen (3 – 6 Jahre) (4)	Katrin Funhoff, Joàna Laermann
-------------------	------------------------------	--------------------------------

16.00 – 16.45 Uhr	Psychomotorik für Kinder (4 – 6 Jahre) (F)	Anja Krone
-------------------	--	------------

16.45 – 17.30 Uhr	Psychomotorik für Kinder (7 – 9 Jahre) (F)	Anja Krone
-------------------	--	------------

16.30 – 18.00 Uhr	Gerätturnen (5)	Johanna Hesse
-------------------	-----------------	---------------

Donnerstag

16.00 – 17.00 Uhr	Eltern – Kind – Turnen (5)	Franziska Kroll
-------------------	----------------------------	-----------------

Freitag

16.30 – 18.00 Uhr	Badminton für Kinder + Jugendliche (4 + 5)	Gerhard Lorenz
-------------------	--	----------------

Behindertensport (Abteilungsleitung: Marlies Stockmeyer)

Samstag

13.30 – 14.30 Uhr	Behindertensport (14tägl.) (4 + 5)	Anja Krone, Marlies Stockmeyer
-------------------	------------------------------------	--------------------------------

Boxen (Abteilungsleitung: Horst Klose)

Montag

18.00 – 21.30 Uhr	Boxen (F)	Horst Klose, Ralf Dörjes
-------------------	-----------	--------------------------

Mittwoch

18.00 – 21.30 Uhr	Boxen (F)	Horst Klose, Ralf Dörjes
-------------------	-----------	--------------------------

Freitag

18.00 – 21.30 Uhr	Boxen (F)	Horst Klose, Ralf Dörjes
-------------------	-----------	--------------------------

Handball (Abteilungsleitung: Tobias Eichhorst)

Montag

17.30 – 19.00 Uhr	C – Jugend (1 – 3)	Malin Kappelmann
-------------------	--------------------	------------------

19.00 – 20.30 Uhr	Damen + A – Jugend (1 – 3)	Sebastian Jülicher
-------------------	----------------------------	--------------------

20.30 – 22.00 Uhr	Herren I. + II. (1 – 3)	Marc Livermore, Christian Nichting
-------------------	-------------------------	------------------------------------

Dienstag

19.30 – 21.00 Uhr	B – Jugend (Jhg. 01/02) (2 – 3)	Mirko Kroll, Dave Sturhahn
-------------------	---------------------------------	----------------------------

Mittwoch

18.00 – 19.00 Uhr	D – Jugend (Jhg. 03/04) (1 – 3)	Katharina Boße
-------------------	---------------------------------	----------------

Donnerstag

19.00 – 20.30 Uhr	C – Jugend (Jhg. 03/04) (1 – 3)	Celina Bäune
-------------------	---------------------------------	--------------

19.00 – 20.30 Uhr	B – Jugend (Jhg. 99/00) (1 – 3)	Mirko Kroll
20.30 – 22.00 Uhr	Herren I. + II. (1 – 3)	Marc Livermore, Christian Nichting
Freitag		
16.00 – 17.00 Uhr	Handball – Kids (Jhg. 07 + jünger) (4)	Nina Boberg, Rike Nardmann
16.30 – 18.00 Uhr	E – Jugend (Jhg. 05/06) (1 – 3)	Nathalie Reichel, Julia Uphaus
16.30 – 18.00 Uhr	D – Jugend (Jhg. 03/04) (1 – 3)	Katharina Boße
18.00 – 19.30 Uhr	Damen + A – Jugend (1 – 3)	Sebastian Jülicher
Leichtathletik (Abteilungsleitung: Gerhard Lorenz)		
Dienstag		
18.00 – 19.30 Uhr	Leichtathletik (Jhg. 01 und älter) (1 – 3)	Gerhard Lorenz
Donnerstag		
15.30 – 17.00 Uhr	Leichtathletik (Jhg. 06 und jünger) (1 – 3)	Gerhard Lorenz
17.00 – 18.30 Uhr	Leichtathletik (Jhg. 05 – 02) (1 – 3)	Gerhard Lorenz
18.30 – 20.00 Uhr	Leichtathletik (Jhg. 01 und älter) (5)	Gerhard Lorenz
Freitag		
18.00 – 19.30 Uhr	Leichtathletik (Sportabzeichen) (G)	Gerhard Lorenz
Tai Chi Chuan (Abteilungsleitung: Marion Schulte)		
Montag		
20.00 – 21.30 Uhr	Tai Chi Chuan (G)	Marion Schulte
Mittwoch		
20.00 – 21.30 Uhr	Tai Chi Chuan (G)	Marion Schulte
Tischtennis (Abteilungsleitung: Willy Hestermeyer)		
Montag		
19.30 – 22.00 Uhr	Herren (4)	Willy Hestermeyer
Dienstag		
19.30 – 22.00 Uhr	Hobby – TT (4)	Willy Hestermeyer
Mittwoch		
15.30 – 16.30 Uhr	Jugend (Anfänger + Fortgeschrittene) (4)	Willy Hestermeyer
Freitag		
18.00 – 20.00 Uhr	Jugend (Anfänger + Fortgeschrittene) (4 + 5)	Willy Hestermeyer
20.00 – 22.00 Uhr	Herren (4 + 5)	Willy Hestermeyer
Trampolin (Abteilungsleitung: Tanja Bongalski)		
Montag		

17.00 – 19.30 Uhr	Wettkampfgruppe (4)	Nele Schwarze, Julia Materne
Dienstag		
17.00 – 18.00 Uhr	Eltern – Kind (4)	Katrin Funhoff, Joàna Laermann
Mittwoch		
17.00 – 19.30 Uhr	Wettkampfgruppe (4)	Lisa Hörnschemeyer, Alena Fähmel
Donnerstag		
16.00 – 17.30 Uhr	Kindergarten und 1. Klasse (4)	Chantal Buck
17.30 – 18.30 Uhr	2. bis 4. Klasse (4)	Enna Schwarze
18.30 – 20.00 Uhr	Ab 5. Klasse (4)	Miriam Boberg, Alena Fähmel
Samstag		
09.30 – 11.30 Uhr	Leistungsgruppe (4 + 5)	Tanja Bongalski
11.30 – 13.00 Uhr	Aufbaugruppe (4 + 5)	Celina Stockhowe, Lara Materne

Informationen zu den Trainingszeiten der Jugendfußballabteilung erhalten Sie bei Frank Dorenkamp.

Kontakt:

Bongalski, Tanja	0541 – 750 422 62
Dorenkamp, Frank	05407 – 39 162
Eichhorst, Tobias	0179 – 792 7052
Falke, Peter	05407 – 31 408
Funhoff, Katrin	05407 – 34 60 71

Hestermeyer, Willy	05407 – 27 07
Klose, Horst	05407 – 50 60 06 05407 – 55 68
Lorenz, Gerhard	05407 – 85 71 75
Schulte, Marion + Peter	05407 – 34 71 53
Stockmeyer, Marlies	05407 – 24 90