

# Übungsplan TuS 06 Drörschede (gegr. 1906)

## Sporthalle: „Im Hütten“

Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter(in)	Telefon
<b>Montag</b>			
08:30 – 10:00	Pampersturnen 8 Mon. – 2 Jahre	Ellen Klatt	(02352) 3373898
15:45 – 17:15	Kindertu. 1.-4. Schulj.	Gisela Brüggemann	
17:30 – 19:30	Gerätturnen für Fortgeschrittene	Gisela Brüggemann Davina Lewis	0177 8823473
18:00 – 20:00 <b>Mehrzweckraum</b>	Selbstverteidigung	Ingo Müller	(02374) 84443
<b>Dienstag</b>			
15:45 – 17:15	Eltern-Kind-Turnen I	Stephanie Mester	(02371) 2193468
17:30 – 18:30 <b>Mehrzweckraum</b>	Rücken-Gymnastik	Markus Fehr Karin Quardt	(0201) 2798439 (02371) 783878
17:45 – 19:30	Gerätturnen für Fortgeschrittene	Davina Lewis Gisela Brüggemann	0177 8823473
18:30 – 20:00 <b>Mehrzweckraum</b>	Power Fitness für Jugendl. + Erwachs.	Isabelle Nowoczin Markus Fehr	(02371) 770649 (0201) 2798439
20:00 – 22:00 <b>Mehrzweckraum</b>	Tanzabteilung zbV.	Nicole Trenkel	(02374) 10379
<b>Mittwoch</b>			
09:00 – 10:30	Fitness für Frauen	Dietlind Humberg	(02374) 74273
11:00 – 12:00	Hockergymnastik	Heike Ladde	0157 59626857
19:30 – 20:30 <b>Mehrzweckraum</b>	Yoga	Carmen Luttrup-Buss Markus Fehr	(02374) 70593 (0201) 2798439
<b>Donnerstag</b>			
15:00 – 16:30	Eltern-Kind-Turnen II	Ellen Klatt	(02352) 3373898
17:15 – 18:45	Allgemeines Gerät- turnen	Davina Lewis Gisela Brüggemann	0177 8823473
18:00 – 20:00 <b>Mehrzweckraum</b>	Selbstverteidigung	Ingo Müller	(02374) 84443
19:00 – 20:30	Erwachsenen- Gymnastik gemischt	Dietlind Humberg Berthold Hampl	(02374) 74273 (02374) 74886
20:30 – 21:30	Aerobic / Fitness	Claudia Ruffert	0160 5564696
<b>Freitag</b>			
15:00 – 16:30 <b>Mehrzweckraum</b>	Olden-Girls	Dagmar Scholz	(02373) 3978302
15:30 – 16:30	Moving Kids (ab 1.Schulj.)	Luca Marra	
16:30 – 17:30	Tanzmäuse (6 -9 Jahre)	Karoline Gorges Vanessa Brintrup	0151 50702608 0176 83045634
17:30 – 18:30	Sugarbabes (10-15 Jahre)	Karoline Gorges Vanessa Brintrup	0151 50702608 0176 83045634
18:30 – 22:00	Tanzabteilung zbV.	Nicole Trenkel	(02374) 10379