

# Das Sportangebot des TV Rhede 1925 e.V.



Stand: 01.04.2019



## Turnen für Eltern und Kind

Singspiele und Turnen

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	15:30	16:30	Ludgerusschule I	Kinder ab 2 Jahren	Claudia Terwiel	807933
Mo	16:30	17:30	Ludgerusschule I	Kinder ab 2 Jahren	Claudia Terwiel	807933
Mi	15:30	16:30	Ludgerusschule I	Kinder ab 1,5 Jahren	Daniela Lohr	3078690
Mi	16:30	17:30	Ludgerusschule I	Kinder ab 1,5 Jahren	Daniela Lohr	3078690
Do	10:30	11:30	Altes Jugendheim	Kinder ab 1,5 Jahren	Claudia Terwiel	807933

## Turnen und Spiel für Kinder

Laufspiele, Ballspiele, Abenteuer  
Gymnastik, Koordination und Turnen

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	15:30	16:45	Ludgerusschule II	Kinder ab 4 Jahre	Bettina Möllenbeck	932324
Mi	16:30	17:30	Ludgerusschule II	Kinder ab 4 Jahre	Bettina Möllenbeck	932324
Mi	17:30	18:30	Ludgerusschule II	Kinder ab 8 Jahre	Anika Petri	9489155
Do	16:00	17:00	Overbergschule	Kinder ab 4 Jahre	Melanie Berning	932407
Do	17:00	18:00	Overbergschule	Kinder ab 8 Jahre	Melanie Berning	932407

## Fitness Gymnastik

Kräftigung für Rücken  
Bauch, Beine, Po,  
Ausdauer und Koordination  
Aerobic und Step,  
Dehnung und Entspannung,  
Förderung der Beweglichkeit

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	17:00	18:00	Ludgerusschule II	Frauen	Silvia Warnke	1280
Mo	18:00	19:00	Ludgerusschule II	Frauen	Ingrid Ott	5082
Di	19:00	20:15	Overbergschule	Frauen	Sandra Rößing	981833
Mi	20:00	21:30	Ludgerusschule II	junge Leute ab 18	Sandra Rößing	981833
Mi	8:30	10:00	Besagroup Sportpark	Frauen ab 50 Jahre	Brigitte Eckers	3348
Do	9:30	10:45	Besagroup Sportpark	Frauen	Dorothee Hartkamp	2892
Do	18:00	19:00	Ludgerusschule II	Frauen und Männer	Silvia Warnke	1280
Do	18:00	19:00	Altes Jugendheim	Frauen XL	Jutta Passerschroer	7896
Fr	16:30	17:45	Altes Jugendheim	junge Leute ab 18	Sandra Rößing	981833

## Tanzen

Jazz Dance  
DanceFit  
DanceFit

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	19:00	20:00	Ludgerusschule II	Frauen	Gabi Terhart	7454
Di	17:00	18:00	Ludgerusschule II	Mädchen ab 6 Jahren	Bettina Möllenbeck	932124
Di	18:00	19:00	Ludgerusschule II	Mädchen ab 10 Jahren	Melanie Berning	932407

## Rückengymnastik

Gymnastik zur Stärkung  
des Rückens

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	10:45	11:45	Altes Jugendheim	Frauen	Anne Przyrowski	9199515
Di	18:00	19:00	Overbergschule	Frauen und Männer	Dorothee Hartkamp	2892
Mi	18:45	20:00	Ludgerusschule II	Frauen und Männer	Dorothee Hartkamp	2892

## Fit 60+

Stuhlgymnastik

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Di	16:00	16:45	Ludgerusschule II	Frauen und Männer	Christine Nienhaus	809920

## Ballspiele

Prellball  
Basketball  
Faustball

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Di	20:15	21:30	Overbergschule	Frauen	Josefa Rosien	3960
Do	20:00	21:30	Ludgerusschule II	Männer	Klaus Bertram	2127
Fr	16:30	18:00	Ludgerusschule I	Frauen und Männer	Josef Ellering	3313

## Rhyth. Sportgymnastik

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Di	15:00	17:30	Friedensschule	Leistungsgruppe	Helena Steverding	0157 / 88559088
Fr	16:00	18:00	Overbergschule	Leistungsgruppe	Helena Steverding	
Sa	10:00	12:00	Friedensschule	Anfängerinnen ab 4 Jahre	Lynn Tenbusch / Jana Kleinkes	
Sa	09:30	12:30	Friedensschule	Leistungsgruppe	Helena Steverding / Jana Kleinkes	

## Handball

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter alle Mannschaften	Telefon
Mo	16:00	17:00	Friedensschule	Mini's (jünger als 2012)	Manfred Gasterstädt	5548
Mo	16:00	17:30	Friedensschule	gemischte F Jugend (2012/2011)		
Do	17:30	19:00	Friedensschule	mE Jugend (2010/2009)		
Fr	14:30	16:00	Friedensschule	wE Jugend (2010/2009)		
Mi	17:00	18:30	Friedensschule	wD Jugend (2008/2007)		
Fr	16:00	17:30	Friedensschule			
Mo	17:30	19:00	Friedensschule	mD Jugend (2008/2007)		
Do	17:30	19:00	Friedensschule			
Di	17:30	19:00	Friedensschule	wC Jugend (2006/2005)		
Fr	16:00	17:30	Friedensschule			
Mo	17:30	19:00	Friedensschule	mC Jugend (2006/2005)		
Do	19:00	20:30	Friedensschule			
Di	17:30	19:00	Friedensschule	wB Jugend (2004/2003)		
Fr	17:30	19:00	Friedensschule			
Mo	19:00	20:30	Friedensschule	mB Jugend (2004/2003)		
Do	19:00	20:30	Friedensschule			
Di	20:30	22:00	Friedensschule	wA Jugend (2002/2001)		
Fr	17:30	19:00	Friedensschule			
Mo	19:00	20:30	Friedensschule	mA Jugend (2002/2001)		
Mi	18:30	20:00	Friedensschule			
Mi	20:00	21:30	Friedensschule	Damen 3		
Fr	20:00	21:30	Friedensschule			
Mi	20:00	21:30	Friedensschule	Damen 2		
Fr	19:00	20:30	Friedensschule			
Di	20:30	22:00	Friedensschule	Damen 1		
Fr	19:00	20:30	Friedensschule			
Do	20:30	22:00	Friedensschule	Herren 3		
Mi	18:30	20:00	Friedensschule			
Fr	20:30	22:00	Friedensschule	Herren 2		
Di	19:00	20:30	Friedensschule			
Fr	20:30	22:00	Friedensschule	Herren 1		

## Volleyball

Breiten und  
Wettkampfsport

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Di.	18:30	20:00	Piusschule	Damen und Mädchen ab 14 Jahre	Ulrike Zimmer	1660
Do	18:00	20:00	Piusschule	Damen und Mädchen ab 14 Jahre		0157/39072100

## Tennis

Wintertraining  
Wintertraining  
Wintertraining  
Breitensport  
Breitensport

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	15:00	17:00	Tennishalle Rhede	Jugendliche	Andre Benning	5777
Di	15:00	19:00	Tennishalle Rhede	Jugendliche	Andre Benning	5777
Mi	15:00	18:00	Tennishalle Rhede	Jugendliche	Andre Benning	5777
Mi	18:00	19:00	Tennishalle Rhede	Nichtmedenspieler	Andre Benning	5777
Fr	17:00	20:00	Tennishalle Rhede	Nichtmedenspieler	Andre Benning	5777



### Badminton Breitensport

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	17:45	19:00	Piusschule	Jugend U19	Hermann Hövelbrinks	7116
Mo	19:00	20:00	Piusschule	Jugend 9-15 Jahre	Lea Böing	badminton@tv-rhede.de
Mo	20:00	22:00	Fildeckenhalle Bocholt	Senioren & Hobbyspieler	Lea Böing	
Di	20:00	22:00	Fildeckenhalle Bocholt	Senioren & Hobbyspieler	Lea Böing	
Mi	20:00	22:00	Fildeckenhalle Bocholt	Senioren & Hobbyspieler	Lea Böing	
Do	20:00	22:00	Piusschule	Senioren & Hobbyspieler	Lea Böing	
Fr	18:30	20:00	Piusschule	Senioren & Hobbyspieler	Lea Böing	
Sa	13:00	14:00	Ludgerus Grundschule	Anfänger	Hermann Hövelbrinks	7116
Sa	14:00	16:00	Ludgerus Grundschule	Jugend U19	Hermann Hövelbrinks	7116
Sa	18:00	22:00	Ludgerus Grundschule	Senioren Meisterschaftsspiele	Lea Böing	
So	9:00	13:00	Ludgerus Grundschule	Senioren Meisterschaftsspiele	Lea Böing	



### Gewichtheben Wettkampfsport

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	20:00	22:00	Besa-Group-Sportpark	Männer und Frauen	Rainer Schlütter	949312
Mi	20:00	22:00	Besa-Group-Sportpark	ab 15 Jahren		
Fr	20:00	22:00	Besa-Group-Sportpark			



### Radsport Breitensport

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Di	18:00	20:00	Besa-Group-Sportpark	für Einsteiger und Fortgeschrittene	Martin Hünting	0176 / 55399961
Do	18:00	20:00	Besa-Group-Sportpark	für Einsteiger und Fortgeschrittene		
Sa	14:00	16:00	Besa-Group-Sportpark	für Einsteiger und Fortgeschrittene		
Von ca. Ende März bis Ende Oktober (Sommerzeit), sonst nach Rücksprache						
Sa	14:00	16:00	Besa-Group-Sportpark	für Einsteiger und Fortgeschrittene – MTB		
Von ca. Ende Oktober bis März (Winterzeit), sonst nach Rücksprache						



### Reha-Sport

Mit ärztlicher Verordnung bietet der TV Rhede Reha Sport in vielen verschiedenen Bereichen an. Orthopädische Gruppen, Herzsport, Lungensport, Sport in der Krebsnachsorge für Frauen und Adipositas Reha Sport. Die Übungsleiterinnen sind vom LSB und BSNW ausgebildet. Jede Stunde wird individuell und abwechslungsreich vorbereitet durchgeführt. Eine ordentliche Portion Spaß gehört ebenso dazu! Die Herzsportgruppen werden jeweils von einem Arzt begleitet, der während der Übungsstunden anwesend ist. Wer weitere Informationen rund um den Reha Sport möchte, kann sich an die Abteilungsleiterin Annette Hartmann wenden. (Tel.: 0179-6035331 oder per mail an: rehasport@tv-rhede.de)

Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
Mo	9:00	10:00	Fitnesshalle TV Rhede	Orthopädische Gruppe	Gudrun Möllmann	
	16:30	17:30	Overbergschule	Herzsport	Annette Föcking	
	17:45	18:45	Ludgerus-Grundschule	Herzsport	Annette Föcking	
	17:00	18:00	Fitnesshalle TV Rhede	Krebsnachsorge Frauen	Gudrun Möllmann	
	18:00	19:00	Fitnesshalle TV Rhede	Lungensport	Annegret Wiesmann-Kruse	
Mi	18:30	19:30	Altes Jugendheim	Orthopädische Gruppe	Annette Hartmann	
	19:30	20:30	Altes Jugendheim	Orthopädische Gruppe	Annette Hartmann	
	16:30	17:30	Fitnesshalle TV Rhede	Adipositas Reha Sport	Anke Overkämping	
Do	10:30	11:30	Fitnesshalle TV Rhede	Lungensport	Annegret Wiesmann-Kruse	
	19:00	20:00	Fitnesshalle TV Rhede	Herzsport	Anke Overkämping	
	19:00	20:00	Ludgerus-Grundschule	Herzsport	Annette Föcking	
	20:00	21:00	Fitnesshalle TV Rhede	Adipositas Reha Sport	Anke Overkämping	
Fr	10:00	11:00	Fitnesshalle TV Rhede	Orthopädische Gruppe	Gudrun Möllmann	
	15:30	16:30	Fitnesshalle TV Rhede	Tanzsport für Jedermann = Bewegter Rehasport	Heike Vennmann	
	17:00	18:00	Fitnesshalle TV Rhede	Tanzsport für Jedermann = Bewegter Rehasport	Heike Vennmann	

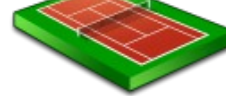


Boule	Tag	von	bis	Ort	Zielgruppe	Leiter	Telefon
	Di	WZ	15:00	17:00	Bouleanlage auf dem Vereinsgelände	für alle Boule Interessierten	Hubert Tewordt 6072
	Di	SZ	16:00	18:00	Bouleanlage auf dem Vereinsgelände	für alle Boule Interessierten	
	Do		10:30	12:30	Bouleanlage auf dem Vereinsgelände	für alle Boule Interessierten	

## Beiträge im TV Rhede seit 01.01.2019

Personen (gruppe)	vierteljährlich 	halbjährlich 	jährlich 
Kleinkinder 0 bis 3 Jahre	0,00 €	0,00 €	0,00 €
Kinder 4 bis 14 Jahre	18,00 €	36,00 €	72,00 €
Jugendliche (v.15. bis zum vollendeten 21. Lj)	24,00 €	48,00 €	96,00 €
Erwachsene	36,00 €	72,00 €	144,00 €
Familien	60,00 €	120,00 €	240,00 €
Senioren (mit vollendetem 75. Lebensjahr)	18,00 €	36,00 €	72,00 €

### Gesonderter, abteilungsbezogener Beitrag für die Tennisabteilung

Familien oder Ehepartner		80,00 €
Erwachsene (ab 21 Jahre)		45,00 €
Kinder und Jugendliche (bis 21 Jahre)		20,00 €

### Gesonderter, abteilungsbezogener Beitrag für die Abteilung Rehabilitationssport ohne ärztliche Verordnung

Orthopädie Zusatzbeitrag für Mitglieder	Jugendliche u. Erwachsene	18,00 €	vierteljährlich
Herzsport Zusatzbeitrag für Mitglieder	Jugendliche u. Erwachsene	39,00 €	vierteljährlich
Orthopädie Zusatzbeitrag für Nicht-Mitglieder	Jugendliche	52,50 €	vierteljährlich
Orthopädie Zusatzbeitrag für Nicht-Mitglieder	Erwachsene	60,00 €	vierteljährlich
Herzsport Zusatzbeitrag für Nicht-Mitglieder	Jugendliche	67,50 €	vierteljährlich
Herzsport Zusatzbeitrag für Nicht-Mitglieder	Erwachsene	75,00 €	vierteljährlich

**Aufnahmebeiträge werden nicht erhoben - z. Zt. auch nicht in der Tennisabteilung**



## Unser Kursangebot 2019

... schnuppern und Einstieg jederzeit möglich

... verbindliche Anmeldung und Kursinformationen gerne per eMail oder telefonisch

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<p>9:00 Uhr <b>Reha-Sport</b> Kursnr. 19-001-RSP</p> <p>10:00 Uhr <b>Funktionell Faszien Fitness</b> Kursnr. 19-2-028-FF</p> 	<p>9:00 Uhr startet wieder am 30. April <b>PowerBodyWorkout</b> Kursnr. 19-2-004-PBW</p>		<p>9:00-10:30 Uhr <b>Qigong</b> Kursnr. 19-2-019-Q</p> <p>10:30 Uhr <b>Lungen-Reha-Sport</b> Kursnr. 19-020-RSP</p>	<p>9:00 Uhr <b>Rücken Fit für Männer</b> Kursnr. 19-2-025-MK</p> <p>10:00 Uhr <b>Reha-Sport</b> Kursnr. 19-026-RSP</p> 		<p>11:00 Uhr Kursstart: 5. Mai!! <b>Indoor Cycling</b> 19-2-006-IC</p> <p>11:00 Uhr Schnupperkurs 3malig <b>Indoor Cycling</b> 19-2-006-IC/Start: 5. Mai</p>
<p>17:00 Uhr <b>Krebsnachsorge und Orthop. Reha-Sport</b> Kursnr. 19-027-KNS</p> <p>18:00 Uhr <b>Lungen-Reha-Sport</b> Kursnr. 19-006-RSP</p> <p>18:30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 19-2-003-IC</p> <p>19:00 Uhr <b>Cross Fit</b> Kursnr. 19-2-003-CF</p> <p>20:15 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 19-2-001-IC</p>	<p>16:45 Uhr <b>Drums Alive</b> Kursnr. 19-2-028-DA</p>  <p>18:00 Uhr <b>Body X-extrem</b> Kursnr. 19-2-040-BE</p> <p>19:15 Uhr <b>Piloxing</b> Kursnr. 19-2-010-PX</p>	<p>16:30 Uhr -Reha- <b>Adipositas Sport</b> Kursnr. 19-039-AS</p> <p>17:30 Uhr <b>Rückenfit</b> bereits ausgebucht</p> <p>18:30 Uhr startet wieder am 8. Mai <b>Pilates</b> Kursnr. 19-2-039-P</p> <p>18:00 Uhr <b>Nordic Walking = Reha Sport</b> Kursnr. 19-041-NW RSP</p> <p>19:00 Uhr startet wieder am 8. Mai <b>Indoor Cycling</b> 19-2-002-IC</p> <p>19:45 - 21:15 Uhr <b>Hatha Yoga trifft Muskelentspannung</b> Kursnr. 19-2-018-Y</p>	<p><b>BodyStyles</b> Ab dem 16. Mai immer von 17 bis 18 Uhr!! Anmeldungen erbeten Kursnr. 19-2-022-BST</p> <p>17:30 Uhr Kursstart: 25. April <b>BodyStyles</b> Kursnr. 19-2-022-BST/3malig</p> <p>18:00 Uhr Kursstart: 16. Mai!! <b>Steel Your Body</b> Kursnr. 19-2-023-SYB</p> <p>19:00 Uhr -Reha- <b>Herzsport</b> Kursnr. 19-039-RHZ</p> <p>19:00 Uhr startet wieder am 9. Mai <b>Indoor Cycling</b> 19-2-004-IC</p> <p>20:00 Uhr -Reha- <b>Adipositas Sport</b> Kursnr. 19-039.1-AS</p>	<p>15:30 Uhr <b>Tanz für Jedermann</b> - bewegter Reha-Sport - 19-027-TRSP</p> <p>17:00 Uhr <b>Tanz für Jedermann</b> - bewegter Reha-Sport - 19-026-TRSP</p>		

## Turnverein Rhede 1925 e.V.

Turnen - Handball - Gewichtheben  
Rhythmische Sportgymnastik - Volleyball  
Badminton - Tennis - Radsport  
Präventions- und Rehabilitationssport

**Fitness Halle  
Am Sportzentrum 6  
46414 Rhede**

[kurse@tv-rhede.de](mailto:kurse@tv-rhede.de)

02872-94 85 936

0 151-27 52 74 71

[www.tv-rhede.de](http://www.tv-rhede.de)



###

**Anmeldungen ab sofort möglich. Einzeltermine bitte beim Übungsleiter erfragen oder einfach kurz anrufen!**

### Kursgebühren:

Kurs Nummer	Kurs Beschreibung	Wie oft bis Kursende?	Gebühr für Vereinsmitglieder	Gebühr für Nicht-Mitglieder
19-2-028-FF	Funktionell Fitness	10	15,00 €	50,00 €
19-2-003-IC	Indoor Cycling	10	30,00 €	60,00 €
19-2-003-CF	Cross Fit	10	15,00 €	50,00 €
19-2-001-IC	Indoor Cycling	10	30,00 €	60,00 €
19-2-004-PBW	PowerBodyWorkout	10	15,00 €	50,00 €
19-2-028-DA	Drums Alive	12	18,00 €	60,00 €
19-2-040-BE	Body X-Extreme	10	15,00 €	50,00 €
19-2-010-PX	Piloxing	12	18,00 €	60,00 €
19-2-039-P	Pilates	10	15,00 €	50,00 €
19-2-018-Y	Yoga	11	24,75 €	82,50 €
19-2-002-IC	Indoor Cycling	10	30,00 €	60,00 €
19-2-019-Q	Qigong	11	24,75 €	82,50 €
19-2-022-BST	BodyStyles	3	4,50 €	15,00 €
19-2-023-SYB	Steele Your Body	2	3,00 €	10,00 €
19-2-004-IC	Indoor Cycling	8	24,00 €	48,00 €
19-2-025-MK	Rücken Fit für Männer	12	18,00 €	60,00 €
19-2-006-IC	Indoor Cycling	11	33,00 €	66,00 €
19-2.1-006-IC	Indoor Cycling	3	9,00 €	18,00 €

**Die genauen, einzelnen Kurstermine erfragen Sie bitte beim jeweiligen Übungsleiter !!**

**Vereinsmitglieder haben auch die Möglichkeit eine Monatsflat zu buchen.**

**Diese beträgt 12 Euro/Monat und berechtigt zur Teilnahme an allen Kursen in der Fitnesshalle - Ausgenommen und davon unberührt sind der Reha Sport sowie das Indoor Cycling.**

**Wir bieten viele verschiedene Reha Sport Gruppen an (siehe Kursplan).**

**Jeder Arzt kann Reha Sport verordnen! Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig. Mit der ärztlichen Verordnung werden alle Kosten übernommen.**