

Angebote für Erwachsene Turnabteilung TV Rhede 1925 e.V.



Breitensport in den städt. Turnhallen

Trainingszeit

Turnhalle

Ansprechpartner

Body Workout

Body Workout Schwerpunkt Rücken	Mo. 10:45 – 11:45 Uhr	Sportzentrum	Anne Przyrowski (Tel. 9199515)
Body Workout / Aerobic Fitness	Mo. 16:45 – 17:45 Uhr	Ludgerus II	Ingrid Ott (Tel. 5082)
Body Workout / Aerobic Fitness	Mo. 17:50 – 18:50 Uhr	Ludgerus II	Ingrid Ott (Tel. 5082)
Body Workout	Mo. 19:30 – 20:30 Uhr	Overberghalle	Karin Petrowski (Tel. 5578)
Body Workout / Step	Mo. 20:00 – 21:30 Uhr	Ludgerus II	Sandra Rößing (Tel. 981833)
Body Workout Schwerpunkt Rücken	Di. 18:00 – 19:00 Uhr	Overberghalle	Zohreh A. Hosseini (0178-3055948)
Body Workout / Step (Fortgeschrittene)	Di. 19:00 – 20:15 Uhr	Overberghalle	Sandra Rößing (Tel. 981833)
Body Workout Schwerpunkt Rücken	Mi. 18:45 – 19:45 Uhr	Ludgerus II	Zohreh A. Hosseini (0178-3055948)
Body Workout / Aerobic Fitness	Do. 09:30 – 10:30 Uhr	Sportzentrum	Zohreh A. Hosseini (0178-3055948)

Damen XL

Body Workout für Damen XL	Mi. 17:30 – 18:30 Uhr	Overbergschule	Jutta Paßerschroer (Tel. 7896)
---------------------------	-----------------------	----------------	--------------------------------

Senioren

Stuhlgymnastik	Di. 16:00 – 17:00 Uhr	Ludgerus II	Zohreh A. Hosseini (0178-3055948)
Gymnastik	Mi. 08:30 – 09:45 Uhr	Sportzentrum	Brigitte Eckers (Tel. 3348)

Tanzen

Jazz Dance	Mo. 19:00 – 20:00 Uhr	Ludgerus II	Gabi Terhart (Tel. 7454)
------------	-----------------------	-------------	--------------------------

Hobby-Ballsport

Faustball	Di. 19:30 – 21:30 Uhr	Ludgerus	Sylvia Daniels (Tel. 0176-4755171)
Prellball Damen	Di. 20:15 – 21:30 Uhr	Overberghalle	Brigitte van Geldern (Tel. 0151-53749727)
Volleyball	Do. 18:30 – 20:00 Uhr	Piushalle	Christina Zydra Echelmeyer (Tel. 0163-3343999)
Basketball Herren	Do. 20:00 – 21:30 Uhr	Ludgerus II	Klaus Bertram (Tel. 2127)