

TU. RINEN



Fitness

Montag	19:30-20:30 Uhr	Pilates über Zoom für Frauen und Männer <u>Trainer: Sabine Jepsen</u>
Dienstag	17:00-18:30 Uhr 18:00-20:00 Uhr 18:00-20:00 Uhr	Kunstturnen Mädchen ab 5 Jahren Kunstturnen Mädchen ab 8 Jahren Geräteturnen Mädchen ab 10 Jahren <u>Trainer: Tina Kämpfe/ Lea Methfessel</u>
Dienstag	20:15-22:00 Uhr	Ballsport für Alle im OMZ <u>Trainer: Marco Harting</u>
Mittwoch	10:00-11:00 Uhr	Fit in den Morgen über Zoom <u>Trainer: Sabine Jepsen</u>
Mittwoch	17:15-18:30 Uhr	Jungenturnen ab 5 Jahren <u>Trainer: Andrea Kallup</u>
Mittwoch	19:30-20:30 Uhr	Rund um die Wirbelsäule über Zoom <u>Trainer: Sabine Jepsen</u>
Donnerstag	16:30-17:45 Uhr	Turnen mit Eltern (Kinder bis 5 Jahre) in Bärenkämpfen <u>Trainer: Anne Janning</u>
Donnerstag	16:00-17:00 Uhr	Geräteturnen Mädchen von 5-6 Jahren <u>Trainer: Lea Methfessel/Michaela v. d. Ahe</u>
Donnerstag	17:15-18:45 Uhr	Geräteturnen Mädchen von 7-9 Jahren <u>Trainer: Jana Heidkamp/Lea Methfessel</u>
Donnerstag	19:00-20:00 Uhr	Aerobic / Funktional Training <u>Trainer: Michaela von der Ahe</u>
Freitag	17:30-19:00 Uhr	Kunstturnen Mädchen <u>Trainer: Michaela von der Ahe</u>
Freitag	19:30-21:00 Uhr	Tanzen <u>Ansprechpartner: Sabine Kämpfe</u>

Michaela von der Ahe	05703/2125	Ute Reinecke	0571/63585
Andrea Kallup	0571/63007	Anne Janning	0176 /24195494
Sabine Jepsen	0571/3852428	Willibald Wolf	0571/5833 (Rad)
Marco Harting	0571/49010	Sabine u.Tina Kämpfe	05707/95897
Jana Heidkamp	0571/6483488	Lea Methfessel	015771425384