

TURNEN



Fitness

Montag	18:00-19:00 Uhr	FFF "Fit for Future" in der Grundschule FES Trainer: <u>Detlef Möws</u>
Montag	19:30-20:30 Uhr	Pilates Zoom Trainer: <u>Sabine Jepsen</u>
Dienstag	16:30-18:00 Uhr 18:00-20:00 Uhr	Kunstturnen Mädchen ab 5 Wettkampf Kunstturnen Mädchen ab 8 Wettkampf Trainer: <u>Kiara Begemann/ Michaela von der Ahe</u>
Dienstag	20:00-21:00 Uhr	Pilates als Kurs Trainer: <u>Sabine Jepsen</u>
Dienstag	20:00-22:00 Uhr	Ballsport für Alle in der FES Trainer: <u>Marco Harting</u>
Mittwoch	16:15-17:15 Uhr	Hockergymnastik als Kurs Trainer: <u>Sigrid Kesting</u>
Mittwoch	17:15-18:45 Uhr	Jungenturnen ab 5 Jahren Trainer: <u>Andrea und Jan Kallup</u>
Mittwoch	19:00-20:00Uhr	Fitness-Mix in der Grundschule FES Trainer: <u>Sabine Jepsen</u>
Mittwoch	19:00-20:00 Uhr	Seniorenfitness Trainer: <u>Detlef Möws</u>
Mittwoch	20:00-21:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik als Kurs Trainer: <u>Ute Reinecke</u>
Donnerstag	16:30-17:45 Uhr	Turnen mit Eltern (Kinder bis 5 Jahre) Trainer: <u>Anne Janning</u> in Bärenkämpfen
Donnerstag	16:00-17:00 Uhr	Geräteturnen Mädchen von 5-6 Jahren Trainer: <u>Michaela v. d. Ahe</u>
Donnerstag	17:00-18:30 Uhr 18:30-20:00 Uhr	Geräteturnen Mädchen von 7-9Jahren Geräteturnen Mädchen ab 10 Jahren Trainer: <u>Michaela von der Ahe/ Jana Heidkamp</u>
Donnerstag	20:00-21:30 Uhr	Hobbyfußball Ansprechpartner: <u>Dario Anic</u>
Freitag	17:30-19:30 Uhr	Kunstturnen Mädchen Wettkampf Trainer: <u>Michaela von der Ahe/ Kiara Begemann</u>

Michaela von der Ahe 05703/2125
 Andrea Kallup 0571/63007
 Sabine Jepsen 0571/3852428
 Marco Harting 0571/49010
 Jana Heidkamp 0571/6483488
 Sigrid Kesting 0571/40961

Detlef Möws 0571/42709
 Anne Janning 0176/20993493
 Dario Anic 0176/53060755
 Tina Kämpfe 05707/95897
 Kiara Begemann 0175/9179859
 Ute Reinecke 0571/63585