

Hallensport im SVN Düşhorn / Stand: Februar 2020

(Die Zeiten in der Schule sind noch nicht abschließend bestätigt, Änderungen vorbehalten)

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim
20:00-21:30 Uhr Sportspiele Marlies Strauß 05161/2709		15:30-16:30 Uhr Kinderturnen Vorschulkinder Jessica Bäsell 0172/9573276			17:30-18:30 Uhr Fit for Kids Pamela Larmann 05161/7037706				09:00-10:00 Uhr Bauch, Beine, Po Heike Tabor 05161/71789
	18:00-19:00 Uhr Sport für Männer Kurt Marschewski 05161/2815	16:30-17:30 Eltern-Kind Turnen Jessica Bäsell 0172/9573276	17:00-18:00 Uhr Qi Gong Anfänger Dolores Doktor 05161/602569 Kurse	19:00-20:00 Uhr Rücken- Gymnastik Roswitha Biermann 05161/74505	19:00-20:00 Uhr Zumba Pamela Larmann 05161/7037706		18:30-19:30 Uhr Stepp-Aerobic Kurs Petra Bruß 05161/5038936	16:30-17:30 Uhr Fußball U7 Jan Baasen	10:15-11:00 Uhr Senioren- Gymnastik Kurt Marschewski 05161/2815
	19:00-20:00 Uhr Gymnastik mit dem Pezzi-Ball Margrit Simon-Bunke 0174/3951820	17:30-18:30 Uhr Sportspiele ab 8 Jahre Silke Hempel 0174/9334489	18:00-19:00 Uhr Qi Gong Fortgeschrittene Dolores Doktor 05161/602569 Kurse	20:00-21:00 Uhr Damen- gymnastik Roswitha Biermann 05161/74505			19:30-20:30 Uhr Funktions- Gymnastik Margrit Simon-Bunke 0174/3951820		17:00-18:00 Uhr Yoga Jody-Katinka Hose 0159/01219402
Samstag 14:30 - 16:00 Uhr Nordic Walking Treffpunkt Sportheim Sonja Meyer		18:30-19:30 Uhr Sportspiele für Jugendliche ab 5. Klasse Silke Hempel 0174/9334489	19:00-20:00 Uhr Bauch, Beine, Po Pamela Larmann 05161/7037706	19:30-21:00 Uhr Vereinslokal Tanzen Bernd Larmann 05161/7037706				19:30-22:00 Uhr Tischtennis Marten Joost	
Sportstätten: Sportheim Mühlenstraße 46 / Sporthalle Ludwig-Rahfs-Grundschule Düşhorn Auf dem Kamp / 29664 Walsrode - Düşhorn									