

Hallensport im SVN Düşhorn / Stand: November 2022

(Änderungen vorbehalten)

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim	Schule	Sportheim
Marlies Strauß 05161/2709		15:45-16:45 Uhr Eltern-Kind Turnen (0-4 Jahre) Christin Denczyk 0162/2610452		17:30-18:30 Uhr Damen- Gymnastik Roswitha Biermann 05161/74505	17:45-18:45 Uhr Pilates				09:00-10:00 Uhr Bauch, Beine, Po Heike Tabor 05161/71789
	18:00-19:00 Uhr Sport für Männer Kurt Marschewski 05161/2815	16:45-17:45 Kinderturnen Vorschulkinder (4-7 Jahre) Christin Denczyk 0162/2610452	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	16:30-17:30 Uhr Fußball U8 Jan Baasen	10:15-11:00 Uhr Senioren- Gymnastik Kurt Marschewski 05161/2815
	19:00-20:00 Uhr (zurzeit kein Kursangebot) Gymnastik mit dem Pezzi-Ball Margrit Simon-Bunke 0174/3951820	17:45-18:45 Uhr (zurzeit kein Kursangebot) Sportspiele (7-10 Jahre)	18:00-19:00 Uhr Qi Gong Fortgeschrittene Dolores Doktor 05161/602569 Kurse				19:30-20:30 Uhr Funktions- Gymnastik Margrit Simon-Bunke 0174/3951820		17:00-18:30 Uhr Yoga Lilia Aiteew 0152/52957944
Samstag			19:00-20:00 Uhr Bauch, Beine, Po Pamela Larmann 05161/7037706					19:30-22:00 Uhr Tischtennis Marten Joost 0163/7754461	
Sportstätten: Sportheim Mühlenstraße 46 / Sporthalle Ludwig-Rahlf's-Grundschule Düşhorn Auf dem Kamp / 29664 Walsrode - Düşhorn									