



Trainingsplan ab Juni 2023

Sportart Trainingszeit Leitung

Turnen (Jana Scharfenberg 04154 8992408)

Yoga Montag 10:00 – 11:30 Mara Egner
Qi Gong (Gemeindezentrum Schönbg)..... Montag 19:00 – 20:30 Ulrike Schmidt (☎04534 8942)
Yoga..... Donnerstag... 14:30 – 15:45 Michaela Anzinger
Fitness..... Donnerstag... 19:00 – 20:00..... Sabine Weise
Eltern-Kind-Turnen..... Dienstag..... 09:30 – 10:30..... Jana Scharfenberg
Eltern-Kind-Turnen..... Mittwoch 15:00 – 16:00 Jana Scharfenberg
Kinderturnen (3 – 14 Jahre) Montag..... 14:00 – 18:00 Stefano Mari / Jana Scharfenberg
(3 u. 4 Jahre 15:00 – 15:45 / 5 u. 6 Jahre 14:00 – 14:45 / 1. u 2. Klässler 16:00 – 16:45 ab 3. Klasse 17:00 – 17:45)

Leichtathletik (Kathleen Zirschnitz ☎ 04534 205462)

Männer und Frauen Dienstag 19:30 – 21:00 Wilhelm Hassler
Kinder 6-7 Jahre 1. Gruppe..... Dienstag..... 15:00 – 16:00 Kathleen Zirschnitz / Jannika Rohlfing
Kinder 7-8 Jahre 2. Gruppe..... Dienstag..... 16:00 – 17:00 Kathleen Zirschnitz / Jannika Rohlfing
Kinder U10/U12..... Donnerstag... 15:45 – 17:00 Melanie Ohnesorge / Emma Ohnesorge
Kinder U16..... Dienstag..... 16:45 – 18:00 Ragna Schlieue
Leistungssport Dienstag..... 18:00 – 19:45 (Sandesn.) . Bernd Schmidt
Leistungssport Donnerstag... 17:00 – 18:30 (Sandesn.) . Bernd Schmidt
Leistungssport (nach Absprache) Sonntag 17:00 – 19:00 Bernd Schmidt

Sportabzeichentreff (Britta Höft ☎ 04534 7465)

Alle ab 14 Jahren Juni – Sept. Donnerstag... 19:30... Sportplatz Schö...Britta Höft

Tischtennis (Andreas Ahrens ☎ 04534 298248)

Jugendliche Montag..... 18:00 – 19:30 Stefano Mari
Damen und Herren..... Montag..... 19:30 – 22:00 Andreas Ahrens

Aikido (Erik Bauerkemper ☎ 0173 9006677)

Kinder/Jugendliche Mittwoch 17:00 – 19:00 Erik Bauerkemper / Jan Stäcker
Erwachsene Mittwoch 19:00 – 20:30 Erik Bauerkemper
Erwachsene (nach Absprache) Sonntag..... 11:00 – 13:00 Erik Bauerkemper

Klettern (Gudrun Hahne ☎ 04534 8417)

Jedermann Dienstag..... 18:00 – 19:30 Gudrun Hahne
Jedermann Donnerstag... 17:15 – 18:45 Jürgen Möller

Koronar Sport (Jürgen Möller ☎ 04534 8417)

Herzkranke..... Freitag..... 14.45 – 16:30 Jürgen Möller



Trainingsplan ab Juni 2023

Sportart

Trainingszeit

Leitung

Fußball: Senioren (Bernd Ehlers ☎ 04534 210963)

I. Herren Di. u. Do.19:30 – 21:30 (Wentorf)...Bahattin Altinalana
Alt-Herren Mittwoch19:30 – 21:30 (Wentorf)...Stephan John (0176 34798474)
weitere Info. - Spartenleiter

Fußball: Kinder und Jugendliche (Bernd Ehlers ☎ 04534 210963)

G-Jugend (ab 5 Jahre) Freitagab 15.30 Uhr Christopher Koalick (☎0175-149 270 93)
F-Jugend (7-8 Jahre) Mi+Fr16.00-17.00 Uhr Denise Lesny (☎0152-038 735 55)
E-Jugend (9-10 Jahre) Mi+Fr17.00-18.00 Uhr Tobias Lesny (☎0152-593 356 21)
C-Mädchen (11-14 Jahre) Di+Do18.00-19.15 Uhr Michael Wesse (☎0173-241 20 07)
C-Jugend (13-14 Jahre) Di+Do17.00-18.30 Uhr Christian Hinze (☎0162-895 57 87)
B-Jugend (15-16 Jahre) Di+Do18.00-19.30 Uhr Lucas Molter (☎0176-311 273 96)
A-Jugend (17-18 Jahre) Di+Do18.00-19.30 Uhr Lucas Molter (☎0176-311 273 96)