



Trainingsplan ab Dez. 2023

Sportart Trainingszeit Leitung

Turnen (Jana Scharfenberg 04154 8992408)

Yoga	Montag.....	10:00 – 11:30	Mara Egner
Qi Gong (Gemeindezentrum Schönbg).....	Montag.....	18:30 – 20:00	Ulrike Schmidt (☎04534 8942)
Salsation.....	Dienstag.....	17:00 – 18:00	Iris Vogel
Yoga.....	Donnerstag....	14:30 – 15:45	Michaela Anzinger
Fitness.....	Donnerstag...	19:00 – 20:00.....	Sabine Weise
Senioren-sport.....	Freitags	15:00 – 16:00	Jürgen Möller
Eltern-Kind-Turnen.....	Mittwoch	15:00 – 16:00	Jana Scharfenberg
Kinderturnen (3 – 14 Jahre)	Montag.....	14:00 – 18:00	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....	16:45 – 18:00	Melanie Ohnesorge / Emma Ohnesorge
Kinder U16.....	Dienstag.....	16:30 – 17:45	Ragna Schliewe
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 JahrenJuni – Sept..... Donnerstag....19:30... ..Sportplatz Schö...Britta Höft

Tischtennis (Andreas Ahrens ☎ 04534 298248)

Jugendliche	Montag.....	18:00 – 19:30	Jana Scharfenberg
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

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)

Herzranke.....	Freitag.....	16.00 – 18.00	Jürgen Möller
----------------	--------------	---------------------	---------------



Trainingsplan ab Dez. 2023

Sportart

Trainingszeit

Leitung

Fußball: Senioren (Bernd Ehlers ☎ 04534 210963)

1. Herren Di. u. Do. 19:30 – 21:30 (Wentorf)...Bahattin Altinalana
2. Herren Mo. u. Mi. 19:30 – 21:00 (Wentorf)...Michael Wesse
Alt-Herren Mittwoch 19:30 – 21:30 (Wentorf)...Stephan John (0176 34798474)
weitere Info. - Spartenleiter

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

G-Jugend (ab 5 Jahre) Freitag 15.30-16.30 Uhr Christopher Koalick (☎0175-149 270 93)
F-Jugend (7-8 Jahre) Di+Do 17.00-18.00 Uhr Denise Lesny (☎0152-038 735 55)
E-Jugend (9-10 Jahre) Mi+Fr 17.00-18.00 Uhr Tobias Lesny (☎0152-593 356 21)
C-Mädchen (11-14 Jahre) Di+Do 18.00-19.15 Uhr Michael Wesse (☎0173-241 20 07)
C-Jugend (13-14 Jahre) Di+Do 17.00-18.30 Uhr Christian Hinze (☎0162-895 57 87)
B-Jugend (15-16 Jahre) Di+Do 18.00-19.30 Uhr Lucas Molter (☎0176-311 273 96)
A-Jugend (17-18 Jahre) Di+Do 18.00-19.30 Uhr Lucas Molter (☎0176-311 273 96)