

| Sport in den Ostertferien 2023 |                               |                           | = fällt aus             | = findet statt |
|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------|-------------------------|----------------|
| Wochentag                      | Kursbezeichnung               | Übungsleiter              | 14. KW                  | 15.KW          |
| <b>Montag</b>                  | Pilates                       | Heike Klingenspohr        |                         |                |
|                                | Stuhlgymnastik                | Heike Klingenspohr        |                         |                |
|                                | Mini-Turnen                   | Tanja Westhöfer-Häde      |                         |                |
|                                | Leichtathletik Kinder         | Brigitte Paashaus         |                         |                |
|                                | Leichtathletik Senioren       | Dagmar Bechert            |                         |                |
|                                | Leichtathletik/Zirkeltraining | Wolfgang Paashaus         |                         |                |
|                                | Yoga                          | Gabi Steuer               |                         |                |
|                                | Ehepaar-Turnen                | Herbert Holtmann          |                         |                |
|                                | Schwimmtraining Triathlon     | Detlev Schvoll            |                         |                |
|                                | <b>Dienstag</b>               | Präventionskurs           | Karin Wischmann-Schoofs |                |
| Präventionskurs                |                               | Claudia Hucke             |                         |                |
| Jiudo Kinder                   |                               | Sabine Kloß               |                         |                |
| Jiu Jitsu Jugend/Erw.          |                               | Sabine Kloß               |                         |                |
| Linedance                      |                               | Ruth Uhlenbruck-Wandolski |                         |                |
| <b>Mittwoch</b>                | Body Fit                      | Heike Klingenspohr        |                         |                |
|                                | Eltern-Kind-Turnen            | Tanja Westhöfer-Häde      |                         |                |
|                                | Fit für starke Mütter         | Tanja Westhöfer-Häde      |                         |                |
|                                | Leichtathletik Jugend         | Nico Schneider            |                         |                |
|                                | Tischtennis                   | Lutz Wißmeier             |                         |                |
|                                | Zumba                         | Jennifer Opitz            |                         |                |
|                                | Teytonic Crew                 | Leonie Rahm               |                         |                |
|                                | Handballtraining              | Friedhelm Körner          |                         |                |
| <b>Donnerstag</b>              | Gymnastik                     | Herbert Holtmann          |                         |                |
|                                | Spielen & Raufen              | Daria/Leonie/Luca/Tomek   |                         |                |
|                                | Gymnastik Frauen              | Karin Wischmann-Schoofs   |                         |                |
|                                | Gymnastik Seniorinnen         | Karin Wischmann-Schoofs   |                         |                |
|                                | Step&Pump                     | Claudia Hucke             |                         |                |
| <b>Freitag</b>                 | Handballtraining              | Friedhelm Körner          |                         |                |
|                                | Walkie-Talkie-Lauftreff       | Tanja Westhöfer-Häde      |                         |                |
|                                | Le Parkour                    | Filex Robberding          |                         |                |
|                                | Trampolin                     | Klaus Fitzner             |                         |                |
|                                | Leichtathletik Jugend         | Nico Schneider            |                         |                |
|                                | Volleyball                    | Friedhelm Augustynak      |                         |                |
| <b>Samstag</b>                 | Schwimmtraining Triathlon     | Detlev Schvoll            |                         |                |
|                                | Triathleten Radfahren         | Harald Oesterwind         |                         |                |
|                                | Jiu Jitsu                     | Sabine Kloß               |                         |                |
| <b>Sonntag</b>                 | Triathleten Radfahren         | Harald Oesterwind         |                         |                |