

Trainingszeiten Sporthalle | SG Hankenberge - Wellendorf e.V.

Ort	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag							
	2/3 Halle	1/3 Halle	2/3 Halle	1/3 Halle	2/3 Halle	1/3 Halle	2/3 Halle	1/3 Halle	2/3 Halle	1/3 Halle						
Vormittag			9:00 - 10:15 Fitnessgymnastik Frauen Marlies Pohlmann													
14:15																
14:30										Frechdachse 4 - 6 Jahre Tanja Nöltge						
14:45																
15:00																
15:15	Leistungsturnen Laura Tolksdorf	Karate (Training nach Bedarf / Prüfungs-Vorbereitung)	Krabbelgruppe 4 - 6 Jahre Erika Riedemann		Fußball Junioren / Juniorinnen Markus Riedemann	Fußball Junioren / Juniorinnen Markus Riedemann	Eltern Kind Turnen Marlies Pohlmann	Leistungsturnen Laura Tolksdorf	Butterflies Tanja Nöltge							
15:30																
15:45																
16:00																
16:15																
16:30										Turnen 1. - 4. Klasse Erika Riedemann						
16:45																
17:00																
17:15																
17:30										Turnen ab 5. Klasse Erika Riedemann						
17:45				Wirbelsäulengymnastik Marlies Pohlmann												
18:00	Sport für Jedermann Marlies Pohlmann	Karate Kinder ab 6 Jahre Alois Westermeyer / Britta Werner														
18:15																
18:30																
18:45																
19:00			Tischtennis Schüler / Jugend Dirk Rassfeld													
19:15	Fitnessgymnastik für Frauen Marlies Pohlmann	Karate Kinder ab 7. Kyu (Orangegurt) / Jugendliche / Erwachsene Eckhard Schnuck														
19:30																
19:45																
20:00																
20:15																
20:30																
20:45																
21:00	Fußball / Alte Herren Frank Rodefeld		Tischtennis Damen und Herren Dirk Rassfeld													
21:15																
21:30																
21:45																
22:00																

	Leistungsturnen
	Jugendfußball
	Fußball (Herren)
	Gymnastik
	Kinder-Gymnastik
	Tanzen
	Tischtennis
	Karate
	Badminton
	Zusatzangebot
	Volleyball