

Belegungsplan

für die Sporthalle Herbern
(bis 30.09.2019)

Tag/Uhrzeit	Gruppe	Übungsleiter
Montag		
15.45 Uhr - 16.45 Uhr	Gymnastik für Damen (gr. Hallenteil)	Irmgard Frommer
15.45 Uhr - 16.45 Uhr	Bewegung hält fit ab 60 J. (kl. Hallenteil)	M. Weltermann
16.45 Uhr - 19.00 Uhr	Fußball	
19.00 Uhr - 20.15 Uhr	Basketball ab 12 Jahre	Ina Paschedag
20.15 Uhr - 22.00 Uhr	Tischtennis (großer Hallenteil)	Müller/Langenberg
20.15 Uhr - 22.00 Uhr	Fitness für Frauen (kleiner Hallenteil)	Ringelkamp/Westhues
Dienstag		
14.00 Uhr - 16.00 Uhr	Kindergärten St. Benedikt u. St. Hildegardis	
16.00 Uhr - 17.15 Uhr	Turnen „Eltern-Kind“ 1 1/2 - 4 J.	
17.30 Uhr - 18.25 Uhr	Zumba-Fitness -Kursangebot- Jugl. ab 14 J./Erw.	Karolina Woitaschek
18.30 Uhr - 20.00 Uhr	ambulante Herzgruppe (großer Hallenteil)	Dr. Lohmann/Klütsch-
18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Volkshochschule (kleiner Hallenteil)	
20.00 Uhr - 21.00 Uhr	Gymnastik für Damen	I. Frommer
21.00 Uhr - 22.00 Uhr	Er + Sie-Fitness	P. Frommer
Mittwoch		
15.45 Uhr - 16.45 Uhr	Turnen Kinder 4-7 Jahre	M.Weltermann
16.45 Uhr - 19.45 Uhr	Fußball	
19.45 Uhr - 20.45 Uhr	Wirbelsäulen-Gymnastik-Kursangebot-	J. Spigiel/Hölscher
20.45 Uhr - 21.45 Uhr	Rückenfit – Kursangebot-	J. Spigiel
Donnerstag		
16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Badminton	Zuhmann / Heitmann
17.30 Uhr - 18.30 Uhr	Ausgleichsgymnastik	M.Weltermann
18.30 Uhr - 22.00 Uhr	Tischtennis Senioren	Greve
Freitag		
14.00 Uhr - 15.30 Uhr	Therapiegruppe für Kinder	
15.30 Uhr - 16.30 Uhr	Bewegungsmix for Kids 8-12 Jahre	Ina Paschedag
16.30 Uhr - 17.30 Uhr	Basketball 8 -12 Jahre	Ina Paschedag
17.30 Uhr - 20.30 Uhr	Badminton	Zuhmann /Heitmann
20.30 Uhr - 22.00 Uhr	Fitness für Männer	Jakovljevic
Samstag		
10.00 Uhr - 12.00 Uhr	Arbeitskreis Jugendhilfe e. V. /Release)	Ludwig
12.00 Uhr - 14.00 Uhr	Möglichkeiten Fußballjugend/Hallenabt. nach Absprache mit Hausmeister/Hallenobfrau	
14.00 Uhr - 22.00 Uhr	Tischtennis Meisterschaftsspiele/Training	Greve
Sonntag		
09.00 Uhr - 09.45 Uhr	Fahnenabteilung Schützenverein	Finke
10.00 Uhr - 14.00 Uhr	Badminton	Zuhmann / Heitmann
14.00 Uhr - 17.00 Uhr	„Trimm-Dich“-Landjugend	
17.00 Uhr - 19.00 Uhr	„Trimm-Dich“-Freizeittliga Ascheberg	