

Große Sporthalle

Kinder-MUSICINGENSTANZENLACHEN



Bewegung-Spiel-Tanz-Gesang

für Kinder von 1-6 Jahren

Montag: 16.00 - 17.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Victoria Müller
Tel.: 01577/261 61 05

Eltern-Kind-Turnen

Dienstag: 16.00 - 17.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Anja Hammer

Hobby - Soccer:

Montag: 20.00 - 21.30 Uhr

Ansprechpartner: Karl-Heinz Garbe
Tel. 0157/580 911 63

Badminton:

Freitag 18.00 - 20.00 Uhr

Ansprechpartner: Christian Langner
Tel. 0152/341 830 32

Gymnastik Herren:

(Alt-Herren Gymnastik / Faustball)

Freitag 16.30 - 18.00 Uhr

(in den Sommerferien Fahrrad fahren)

Spartenleiter: Fritz Varwig Tel. 05723/1067

Radbach-Treff

Gymnastik Gemischte Gruppe (Da + He)

Montag 17.00 - 18.00 Uhr

Übungsleiterin: Mechthild Gümmer Tel. 05723/1211

Gymnastik Damen:

Montag 18.00 - 19.00 Uhr

(in den Sommerferien Fahrrad fahren)

Übungsleiterin: Mechthild Gümmer Tel. 05723/1211

TriloChi@:

Dienstag 18.45 - 20.00 Uhr

Übungsleiterin: Katrin Dittrich Tel. 0170/8058870

Yoga: Der körperbezogene **Hatha-Yoga** ist ein ganzheitlicher Übungsweg mit dem Ziel der Harmonie von Körper, Geist und Seele.

Mittwoch 18.00 - 19.15 Uhr

Übungsleiterin: Sabine Nolte Tel. 05723/9085714

Step-Aerobic-Workout-Kräftigung:

Mittwochs 19.30-20.30 Uhr

Übungsleiterinnen: Yvonne Hecht + Sabine Sonntag

Taekwondo:

Die aus Korea stammende, waffenlose Kunst der Selbstverteidigung kann von Sportlern jeden Alters (**ab ca. 5 Jahren**) und beiderlei Geschlechts mit Begeisterung ausgeübt werden.

Dienstag 17.00 - 17.45 Uhr

Dienstag 17.45 - 18.45 Uhr

Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag 18.00 - 19.00 Uhr



Übungsleiter: Thomas Schoknecht: 0178/609 48 10

Zumba:

Donnerstag 19.15 - 20.15 Uhr

Übungsleiterin: Lisa Metzner

Sportplatz

Leichtathletik:

Sportabzeichentreff

Jeden Montag ab 17.30 Uhr

(ab 07.06.2021-27.09.2021)



Im **August 2021** findet **keine** Abnahme statt.

Radfahren: 18.07.2021, um 8.00 Uhr
Treffpunkt „Ruhe Haus“
Ecke B442 / Sportplatzweg

Spartenleiterin: Heidrun Wehrmann
Tel. 05723/5666
Tel. 0171/155 44 64

Boule:

Jeder kann sich einfach locker zum Boulen verabreden.

Donnerstags ab 17.00 Uhr sind häufig Mitspieler auf dem Platz zu finden.

Näheres zu den Turnieren unter:

www.mtv-waltringhausen.de u.
www.die4vomradbach.de

Spartenleiter : Marius Lockemann
Tel. 01522 / 193 66 36

Tennis:

Freiluft-Saison von Mai bis Oktober auf zwei Tennisplätzen



Spartenleiterinnen:

Nina Werner Tel. 0177 839 67 49
Anna-Lena Jürgens Tel. 01520 711 23 14