



- Sportgruppenübersicht 2021

Montag

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Gymnastik auf dem Hocker	15.30Uhr - 16:30 Uhr	Wideyhalle	Hanne Herbst
BauchBeinePo	18.30 Uhr - 19.30 Uhr	WTV-Vereinsheim	Yvonne Meister
Männerfitness 50+	18:30 Uhr - 20:00 Uhr	Wideyhalle	Alfred Herbst

Dienstag

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Zumba Gold	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	WTV Vereinsheim	Astrid Hohage
Mach mit, werd fit	13.30 Uhr - 14.30 Uhr	Wideyhalle	Detlef Dönninghaus
Minis in Action (3 - 6 Jahre)	16.30 Uhr - 17.30 Uhr	Wideyhalle	Simone Gust, Martina Deckenhoff
Walking	17.00Uhr - 18.00 Uhr	Sportplatz am Sonnenschein	Susanne Rose
Krebsnachsorgesport	17:45 Uhr - 18:45 Uhr	Wideyhalle	Simone Gust
Fit, aber richtig (Frauen 60+)	18:45.00 Uhr - 20.00 Uhr	Wideyhalle	Hanne Herbst
Fit, aber richtig (Frauen 50+)	20.00 Uhr - 21.00 Uhr	Wideyhalle	Marlis Winkel
Handball Herren I	20:00 Uhr - 21:30 Uhr	Kreissporthalle	Philipp Galinowski Jan-Felix Löffler

Mittwoch

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Krebsnachsorgesport "Wassergymnastik"	14.00 - 15.00 Uhr	Schwimmbad Parkhotel Witten	Simone Gust
Krebsnachsorgesport "Wassergymnastik"	15.00 - 16.00 Uhr	Schwimmbad Parkhotel Witten	Simone Gust
Gerätturnen ab 4 Jahre	16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Wideyhalle	Lena Menzer, Yvonne Meister und Melina Heinze
Eltern- & Kindturnen	17.30 Uhr - 18.30 Uhr	Wideyhalle	Marlis Winkel und Yvonne Meister
Power - Style - Balance	18.30 Uhr - 19:30 Uhr	Wideyhalle	Yvonne Meister
Rückenyooga/ Wirbelsäulen- gymnastik	19:30 Uhr - 20.30 Uhr	Wideyhalle	Yvonne Meister
Handball Herren II	20.00 Uhr - 21.30 Uhr	Sonnenscheinhalle	Joachim Menzen

Donnerstag

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Green - Gym	09.30 Uhr - 10.30 Uhr	Sportplatz am Sonnenschein	Marlis Winkel
Mach mit, werd fit	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Wideyhalle	Alfred Herbst
1 Wheelaz (Einrad-Anfänger)	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Wideyhalle	Martina Deckenhoff, Bettina Wiegelmann
Kids in Action (ab dem 1. Schuljahr)	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Wideyhalle	Martina Deckenhoff, Bettina Wiegelmann
1 Wheelaz (Einrad- Fortgeschrittene)	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Wideyhalle	Martina Deckenhoff, Bettina Wiegelmann
Gymnastik (Frauen)	15:30 Uhr - 16:30 Uhr	Wideyhalle	Detlef Dönninghaus

Freitag

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Handball Herren I	20.00 Uhr - 21.30 Uhr	Husemannhalle	Philipp Galinowski, Jan-Felix Löffler

Samstag

PROGRAMM	UHRZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Gerät- und Wettkampfturnen	09.30 - 11.30 Uhr	Wideyhalle	Yvonne Meister, Lena Menzer, Melina Heinze
Hip Hop und Showtanz für Kids und Teens (ab 10 Jahre)	12.00 - 13.30 Uhr	Wideyhalle	Lena Menzer und Svenja Engel
Hobbyfußball	14.00 Uhr - 16.00 Uhr	Sportplatz WTV	