

Ganzjahresangebote

Änderungen sind möglich. **für Mitglieder**

Lauftreff

Montag 18:00–19:00 Uhr

(nach Vereinbarung)

Mittwoch 18:00–19:00 Uhr

ÜL Wolfgang Bernath (T 02638-4610)

Treff an Sporthalle Waldbreitbach



Nordic Walking Treff

Montag 09:00–10:30 Uhr

ÜL Anne Mommertz (T 02638-1303)

Apr.-Okt. Treff Weißfeld Parkplatz

Nov.-März. Treff Roßbach Wiedhalle

Dienstag 09:00–10:30 Uhr

ÜL Susanne Müller (T 02638-946862)

Treff Sportplatz Nassen

Mittwoch 17:00–18:30 Uhr

ÜL Werner Schäfer (T 02638-1731)

Treff Sporthalle Waldbreitbach

Donnerstag 09:00–10:30 Uhr

ÜL Anne Mommertz (T 02638-1303)

Treff Sporthalle Waldbreitbach



Leichtathletik

Montag

16:00–17:00 Uhr U10 & U12

17:00–18:30 Uhr U12 & U14

18:00–19:30 Uhr U16, U18, Männer, Frauen

Mittwoch

16:00–17:00 Uhr U8 & U10

17:00–18:30 Uhr U12 & U14

18:00–19:30 Uhr U16, U18, Männer, Frauen

Donnerstag

17:00–18:00 Uhr U16, U18, Männer, Frauen

Samstag

09:00–11:00 Uhr U16, U18, Männer, Frauen

ÜL Anke Jüssen, Marie Böckmann, Eva Stein,

Amelie Schmitt, Anna Rathmann, Konstantin

Shynkaruk (T 02638-6271),

Sporthalle / Sportplatz Waldbreitbach



Turnen

Eltern-Kind-Turnen

Dienstag 16:00–17:00 Uhr

17:00–18:00 Uhr

ÜL Anna Heumann (T 0177-3099696)

Sporthalle Waldbreitbach



Kinderturnen (4-6 Jahre)

Freitag 15:45–16:45 & 16:45–17:45 Uhr

ÜL Emilia Schulze-Frieling, Pauline Ley, Lea

Over und Nicola Theobald (T 0151-57402061)

Sporthalle Waldbreitbach



Fitnessgymnastik

Montag 19:30–20:30 Uhr

ÜL Petra Fernholz (T 02638-6694)

Sporthalle Waldbreitbach



Step Aerobic

Mittwoch 18:00–19:00 Uhr

ÜL Katrin Hardt (T 0157-78864647)

Sporthalle Waldbreitbach



Spaßsport

Dienstag 20:00–21:00 Uhr

ÜL Linda Bockshecker (T 0176-47798020)

Sporthalle Waldbreitbach

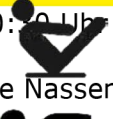


Pilates

Donnerstag 18:30–19:30 & 19:30–20:30 Uhr

ÜL Maike Prangenberg (T 02638-5258)

Sporthalle Nassen



Badminton

Freitag 18:00–20:00 Uhr

für Schüler/Jugend/Erwachsene

ÜL Martin Britscho (T 02638-3179540)

Sporthalle Waldbreitbach



Kickboxen

Montag 18:00–19:30 Uhr Franziskushau

Mittwoch 18:30–20:00 Uhr Sporthalle

Freitag 17:00–18:00 Uhr Franziskushaus

Sonntag 10:00–11:30 Uhr Franziskushaus

ÜL Steffen Heiligenschmidt (T 02638-9479440)



Tischtennis

Schüler/Jugend

Dienstag & Freitag 17:30–20:00 Uhr

Samstag 14:00–18:00 Uhr

Erwachsene

Dienstag & Freitag 19:30–22:00 Uhr

Samstag 16:00–22:00 Uhr

ÜL Jörg Weißenfels (T 0170-4017221)

Sporthalle Waldbreitbach



Kurse auch für Nichtmitglieder

Änderungen sind möglich.

Orientalischer Bauchtanz

(10 Einheiten a 60 Min.)

Mittwoch 18:00–19:00 Uhr

ÜL Monika Weise (T 0162-8153854)

Kolpinghaus Waldbreitbach



Yoga-Kurse

(3x jährlich 10–12 Einheiten a 90 Min.)

Montag 09:30–11:00 Uhr (Jutta Lacher)

Mittwoch 19:00–20:30 Uhr (Anna Hein)

Donnerstag 17:00–18:30 Uhr (Anna Hein)

ÜL Jutta Lacher (T 02638-6204)

ÜL Anna Hein (T 0173-6701452)

Franziskushaus Hausen



Zumba-Kurs

(10 Einheiten a 60 Min.)

für Jugendliche und Erwachsene

Dienstag 19:00–20:00 Uhr

ÜL Sonja Reuschenbach (T 0160-1804195)

Kolpinghaus Waldbreitbach



Rückenfit-Kurse

(2x jährlich 13 Einheiten a 60 Min.)

Dienstag 08:15–09:15 Uhr

09:30–10:30 Uhr

10:45–11:45 Uhr

Mittwoch 10:00–11:00 Uhr

11:00–12:00 Uhr

ÜL Anita Hoß (T 02638-1394)

Kolpinghaus Waldbreitbach

