

Trainingsplan der TG Werste

Montag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
16:00 – 17:00	Eltern-Kind (3 – 6 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Lore Halstenberg	05731 – 741165	
17:00 – 18:00	Eltern-Kind (unter 3 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Lore Halstenberg	05731 – 741165	
17:00 – 18:00	Leichtathletik bis 10 Jahre	Stadion SZ-Süd	Ela Weygandt u Sonja Schormann	05731 – 3959	Sommer
17:00 – 19:00	Leichtathletik über 10 Jahre	Stadion SZ-Süd	Thomas Büchner	05731 – 3959	Sommer
17:00 – 18:00	Leichtathletik bis 10 Jahre	Kreissporthalle Süd	Ela Weygandt u Sonja Schormann	05731 – 3959	Winter
17:00 – 19:00	Leichtathletik über 10 Jahre	Kreissporthalle Süd	Thomas Büchner	05731 – 3959	Winter
18:15 – 19:40	Konditionsgymnastik	Turnhalle GS Werste	Angela Kracht	05731 – 27609	
19:40 – 21:00	Frauengymnastik	Turnhalle GS Werste	Heike Schildan	05731 – 49317	
Dienstag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
19:00 – 22:00	Volkslauf	Stadion an der Leiter	Yvonne und Ralf Aumann	05731 – 940395	Sommer
18:45 – 22:00	Volkslauf	Turnhalle GS Werste	Yvonne und Ralf Aumann	05731 – 940395	Winter
18:15 – 19:15	Wirbelsäulengymnastik	Kindergarten Stüher Str.	Bernd Pohlmann	05731 - 41679	
19:15 – 20:15	Wirbelsäulengymnastik	Kindergarten Stüher Str.	Bernd Pohlmann	05731 – 41679	
20:15 – 21:15	Wirbelsäulengymnastik	Kindergarten Stüher Str.	Bernd Pohlmann	05731 – 41979	
Mittwoch					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
09:30 – 11:00	Nordic Walking	Siel	Gisela Reichelt	05731 - 41699	
15:45 – 17:00	Kinderturnen (6 – 9 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Imke Stühmeier	05731 – 5894	
17:00 – 18:00	Kinderturnen (4 – 5 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Imke Stühmeier	05731 – 5894	
17:00 – 18:30	Karate (Kinder)	Kreissporthalle Süd	Clyde und Ryan White	05731 – 3959	
18:30 – 20:00	Karate (Erwachsene)	Wichern GS, Schulstraße	Clyde und Ryan White	05731 – 3959	
18:00 – 19:30	Tischtennis (Jugend u. Schüler)	Turnhalle GS Werste	Dirk Rummel	05734 – 7434	
19:30 – 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Turnhalle GS Werste	Dirk Rummel	05734 – 7434	
Donnerstag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
16:30 – 17:30	Hip Hop (7 – 10 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
17:30 – 19:00	Hip Hop (10 – 12 Jahre)	Turnhalle GS Werste	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
17:00 – 18:00	Leichtathletik bis 10 Jahre	Stadion SZ-Süd	Ela Weygandt u Sonja Schormann	05731 – 3959	Sommer
17:00 – 19:00	Leichtathletik über 10 Jahre	Stadion SZ-Süd	Thomas Büchner	05731 – 3959	Sommer
16:00 – 17:30	Leichtathletik bis 10 Jahre	Dreifach HS/ GS-Nord	Ela Weygandt u Sonja Schormann	05731 – 3959	Winter
17:00 – 18:30	Leichtathletik über 10 Jahre	Zweifachhalle RS-Nord	Thomas Büchner	05731 – 3959	Winter
18:00 – 19:30	Nordic Walking	Siel	Gisela Reichelt	05731 – 41699	
15:00 – 16:30	Nordic Walking	Siel	Gisela Reichelt	05731 – 41699	
20:30 – 22:00	Hobby-Volleyball	Kreissporthalle Süd	Stefan Schur	05731 - 92399	
Freitag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
16:00 – 17:30	Karate (alle Altersgruppen)	Turnhalle GS Werste	Clyde und Ryan White	05731 – 3959	
17:30 – 19:00	Tischtennis Schüler (Anfänger)	Turnhalle GS Werste	Dirk Rummel	05734 – 7434	
18:30 – 20:00	Tischtennis (Jugend u. Schüler)	Turnhalle GS Werste	Dirk Rummel	05734 – 7434	
20:00 – 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Turnhalle GS Werste	Dirk Rummel	05734 – 7434	
Samstag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
11:00 – 12:00	Hip Hop (Anfänger)	Kreissporthalle Süd	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
12:00 – 13:00	Hip Hop (Fortgeschrittene)	Kreissporthalle Süd	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
13:00 – 14:00	Hip Hop (Infinity)	Kreissporthalle Süd	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
14:00 – 16:00	Hip Hop (Project Zero)	Wichern GS, Schulstraße	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
16:00 – 18:00	Hip Hop (Volume 2)	Wichern GS, Schulstraße	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
Sonntag					
Wann?	Was?	Wo?	Wer?	Telefon	Sonstiges
11:00 – 13:00	Karate (alle Altergruppen)	Turnhalle GS Werste	Clyde und Ryan White	05731 – 3959	
13:00 – 15:00	Hip Hop (Volume 2)	Turnhalle GS Werste	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
15:00 – 16:00	Hip Hop (offenes Training)	Turnhalle GS Werste	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	
16:00 – 17:00	Hip Hop (Backgroundtanzen)	Turnhalle GS Werste	Ryan und Charleen White	05731 – 3959	