


Das Angebot der Turn- und Fitnesssparte im Überblick

Stand: 14.10.2022

Uhrzeit	Montag			Dienstag			Mittwoch		Donnerstag			Freitag		Samstag		
	Turnhalle Liekwegen	Turnhalle Sülbeck	Outdoor	Turnhalle Liekwegen	Turnhalle Sülbeck	Outdoor	Turnhalle Liekwegen	Turnhalle Sülbeck	Turnhalle Liekwegen	Turnhalle Sülbeck	Outdoor	Turnhalle Liekwegen	Turnhalle Sülbeck	Turnhalle Liekwegen		
08:00															Angebote für Erwachsene	
08:30							Nordic Walking Treff: Parkplatz Waldrand Silvia W. + Frauke K.					Nordic Walking Treff: Parkplatz Waldrand Silvia W. + Frauke K.				
09:00																
09:30										Wirbelsäulen-Gymnastik Petra Watermann						
10:00																
14:30																
15:00															Angebote für Kinder & Jugendliche	
15:30				Kinderturnen KiGaSülbeck-Kooperation Gisela Jansen findet aktuell nicht statt			Tanzmäuse Kindergartenkinder Anett Steinberg		Eltern-Kind-Turnen, 1,5-3 J. Rosa Siersleben			Leichtathletik U10 Torsten Eberhardt		Hip Hop ab 14 Jahren Ella Tscherber		Volleyball Bernhard Wagner
16:00																
16:30				Kindertanzen 1 ab 6 Jahren Ella Tscherberner			Gerätturnen Grundschul Kinder Torsten & Annika		Kinderturnen Kindergartenkinder Rosa Siersleben					Hip Hop ab 16 Jahren Maria Tonkunaite		
17:00															Kurse für Erwachsene (ggf. Kurzgelehren)	
17:30				Kindertanzen 2 ab 8 Jahren Ella Tscherberner			Gerätturnen Fortgeschrittene Torsten & Annika		Kinderturnen Kindergartenkinder Rosa Siersleben			FiftyFit * Herren 50+ Joachim W. + Ilka T.				Leichtathletik U12-U14 Torsten Eberhardt
18:00	Tischtennis Rainer Krebs								Volleyball Bernhard Wagner							
18:30	Leichtathletik Torsten Eberhardt			Fit forever Christine Schaper Kathrin Witte			Wirbelsäulen-Gymnastik Rebecca Fließ-Blaume					Zumba * Ilka Tscherberner				
19:00				Step/Workout * Ilka Tscherberner								Leichtathletik U16+ Thorsten Eberhardt				
19:30	Nordic Walking Treff: Parkplatz Waldrand Silvia W. + Frauke K.			Yoga * Ilka Tscherberner								Tischtennis Rainer Krebs				
20:00				wechselder Gesundheitskurs Ute Runge jew. 8x					Fit im Winter* Ute Runge 03.11.22 bis 23.02.2023			Damengym. 50+ Trainierteam				
20:30																
21:00																

* Angebote mit Sternchen sind teilnehmerbegrenzt. Anmeldung über das Online-Buchungsportal auf www.sglss.de