

Breitensportangebote

Stand: März 2020

Angebote für Erwachsene

Walking / Nordic Walking

Termin: Mi 8.30 Uhr – 10.00 Uhr

Fr 17.00 Uhr – 18.30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz / Bürgerzentrum

Leitung: Birgit Berghoff

Tel: 02645 / 99468

Line Dance

Termin: Di 19.15 Uhr – 21.30 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Rosi Hallerbach

Tel: 02683 / 43762

Achtung: Kurs für Anfänger

in Planung!

Zirkel – Fit (Kurs, 10x, Start:23.04.2020)

Termin: Do 19.15 Uhr – 20.15 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Clara Maria Frunescu

Tel: 0170 / 4787305

Kosten: Mitglieder: 40€

Nichtmitglieder: 50€

Achtung: nur für Menschen ohne
behandlungsbedürftige
Erkrankungen

Body Fit (Kurs / 10 Std)

Termin: Mo 18.30 Uhr – 19.45 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Bettina Krautscheid

Tel: 0163 / 2333209

Kosten: Mitglieder: 30€

Nichtmitglieder: 40€

Pilates - + Faszientraining (Kurs)

Termin: Mo 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

Mi 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Heike Halbig

Kosten: Mitglieder: 3€ / Std

Nichtmitglieder 4€ / Std

Funktionelle Gymnastik für Frauen

Termin: Mo 20.00 Uhr – 21.15 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Barbara Kühl

Tel: 02645 / 971959

Fitnessmix für Ältere (Kurs ab 65 J. / 10 Std)

Termin: Di 10.00 Uhr – 11.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Barbara Kühl

Tel: 02645 / 971959

Kosten: Mitglieder: 18€

Nichtmitglieder: 24€

Gesundes Fitnessstraining (Kurs ab 50 J. / 10 Std)

Termin: Di 16.30 Uhr – 17.30 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Barbara Kühl

Tel: 02645 / 971959

Kosten: Mitglieder: 30€

Nichtmitglieder: 40€

Rückenfit – Präventive Wirbelsäulen**-gymnastik – Bewegen statt Schonen**

(Kurs / 10 Std)

Termin: Fr 17.45 Uhr – 18.45 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Barbara Kühl

Tel: 02645 / 971959

Kosten: Mitglieder: 35€

Nichtmitglieder: 50€

Yoga (Kurse / 10 Std)

Termin: Do 20.00 Uhr – 21.30 Uhr (Anfänger)

Do 18.20 Uhr – 20.00 Uhr (Fortgeschr.)

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Anja Paar

Tel: über H. Brabender: 02645 / 4213

Kosten: Mitglieder: 55€

Nichtmitglieder: 80€

Badminton

Termin: Do 19.30 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: Dreifeldhalle

Leitung: Charles Schunke

Tel: 02224 / 981218

Orientalischer Tanz (Kurs / 10 Std)

Termin: Mi 18.30 Uhr – 20.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Erika Ziegert

Tel: 02224 / 8753

Kosten: Mitglieder: 60€

Nichtmitglieder: 80€

Volleyball

Termin: Di 20.00 Uhr – 22.00 Uhr

Ort: Dreifeldhalle

Leitung: Holger Thieme

Tel: 02645 / 972888

Qi- Gong (Kurs / 10 Std)

Termin: Di 18.30 Uhr – 19.30 Uhr

oder: Di 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Stefan Wiel

Tel: 02242 / 8743488

Kosten: Mitglieder: 60€

Nichtmitglieder: 80€

**Achtung: zusätzlicher Kurs für
Do, morgens geplant!**

Tai -Chi (Kurs / 10 Std)

Termin: Di 19.30 Uhr – 20.30 Uhr

oder: Di 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Stefan Wiel

Tel: 02242 / 8743488

Kosten: Mitglieder: 60€

Nichtmitglieder: 80€

Leichtathletik (Erwachsene)

Leichtathletik für Jgdl. + Erw. /

Sportabzeichentreff

Termin: Fr 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

Ort: Dreifeldhalle / Stadion

Leitung: Jürgen Seitz / Torsten Teller

Tel: 02645 / 4385 + 975736

Lauftreff (Vereinszugehörigkeit

nicht erforderlich, aber gern gesehen)

Termin: Di 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Do 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Ort: Okt. – März: Stadion

April – Sept.: Parkpl. Servatiuskapelle

Leitung: Sascha + Nancy Henk

Marko + Andrea Zimmer

Info: Lauftreff.windhagen

@gmail.com

ENERGY DANCE „Raus aus dem Kopf

- Rein in den Körper“ (Kurs, 8x)

Termin: Fr 19.00 Uhr – 20.15 Uhr

Ort: Gymnastikraum im Forum

Leitung: Anja Paar, ENERGY DANCE
Trainerin

Tel: 0151 / 41239285

Kosten: Mitglieder: 65€

Nichtmitglieder: 80€

Angebote für Kinder + Jugendliche

Kindertanz Sternschnuppen

Termin: Mo 17.00 Uhr – 18.30 Uhr

oder: Mo 16.30 Uhr – 18.00 Uhr

Ort: Bühne im Forum

Leitung: zur Zeit keine Übungsstunden,
da ein neuer Übungsleiter
gesucht wird

Info: G.Seitz, Tel: 02645 / 4385

Eltern – Kind – Turnen (2 – 3 Jahre)

Termin: Di 15.45 Uhr – 16.45 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Ursula Wagner

Tel: 02645 / 2085

Akrobatik für Kinder (Kurs ab 5 Jahre / 10 Std)

Termin: Mo 16.00 Uhr – 17.00 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Anke Götzke

Tel: 02645 / 971850

Kosten: Mitglieder: 15€

Nichtmitglieder: 20€

Miniturnen (3 + 4 Jahre)

Termin: Di 16.45 Uhr – 17.45 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Ursula Wagner

Tel: 02645 / 2085

Akrobatik für Jgdl / Fort –

geschrittene (Kurs / 10 Std)

Termin: Di 17.30 Uhr – 19.15 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Anke Götzke

Tel: 02645 / 971850

Kosten: Mitglieder: 15€

Nichtmitglieder: 20€

Turnzwerge (5 + 6 Jahre)

Termin: Do 16.00 Uhr – 17.00 Uhr

Ort: Grundschulturnhalle

Leitung: Christin Retschela

Tel: 0151 / 56095880

Turnen für Schulkinder (ab 6 Jahre)

Termin: Di 14.30 Uhr – 15.45 Uhr

Ort: Dreifeldhalle

Leitung: Ursula Wagner

Tel: 02645 / 2085

Leichtathletik (Jugendliche)

Schüler U14 und älter (ab 12 Jahre)

Termin: Mo 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

Mi 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

Ort: Dreifeldhalle / Stadion

Leitung: Maren Seitz – Camara (Mo)

Torsten Teller (Mi)

Tel: 02645 / 976779 + 975736

Leichtathletik (Kinder)

Fitte Kids (4 – 6 Jahre)

Termin: Mo 15.30 Uhr – 16.30 Uhr

Ort: Dreifeldhalle / Stadion

Leitung: Sven Wachtel

Tel: 0171 / 6219462

Leichtathletik (Jugendliche)

Wettkampforientiertes Zusatztraining

Schüler U14 und älter (ab 12 Jahre)

Termin: Mo 17.30 Uhr – 18.00 Uhr

Mi 17.30 Uhr – 18.00 Uhr

Ort: Dreifeldhalle / Stadion

Leitung: Maren Seitz – Camara

Tel: 02645 / 976779

Leichtathletik (Kinder)

Schüler C + D (6 – 11 Jahre)

Termin: Mo 16.00 Uhr – 17.30 Uhr

Mi 16.00 Uhr – 17.30 Uhr

Ort: Dreifeldhalle / Grund-

turnhalle / Stadion

Leitung: Maren Seitz – Camara

Tel: 02645 / 976779