

Sportangebot TuS Bonneberg (gültig ab Januar 2019, Änderungen vorbehalten)

Wochentag	Uhrzeit	Abteilung/Sportangebot	Übungsort/Sportstätte	Übungsleiter(in)/ Trainer(in)
Montag				
	9.00 - 10.30	Pilates (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
	15.00 - 16.30	Gymnastiktreff für Ältere	Turnhalle Bonneberg	Renate Wehmeier
	18.00 – 19.00	Pilates Open Flow (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
	18.00 - 19.00	Aktiver Rücken/ WS – Gymnastik	Turnhalle Bonneberg	Yvonne Frydryck
	19.00 - 20.00	Muscle Power	Turnhalle Bonneberg	Yvonne Frydryck
	19.15 – 20.15	Aroha	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
Dienstag				
	15.30 – 16.30	Eltern- Kind Turnen (3 und 4 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	N.N. zur Zeit kein Angebot
	16.30 – 17.30	Eltern- Kind Turnen (1 und 2 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	N.N. zur Zeit kein Angebot
	18.00 - 19.00	Fit und Gesund Gymnastik	Turnhalle Bonneberg	Edith Mielke
	19.00 – 20.30	Dance Fun	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Gök
	19.15 – 20.45	Fitness- Mix	Turnhalle Bonneberg	Sophie Kipp
	20.00 – 22.00	Volleyball Herren	Doppelsporthalle Vlotho,GS	Ralf Peter Lenz
	20.00 - 22.00	Volleyball Altherren	Doppelsporthalle Vlotho, GS	Andre Pielsticker
Mittwoch				
	09.00 - 10.30	Pilates (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
	10.30 - 12.00	Pilates (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
	16.00 – 17.30	Volleyball Jungen U 14	WGV Doppelsporthalle	R.P. Lenz
	17.00 – 18.30	Volleyball Mädchen U12	WGV Doppelsporthalle	Sabrina Giesen
	18.30 – 20.00	Volleyball Mädchen U16/ U18	WGV Doppelsporthalle	R.P. Lenz/ Sabrina Giesen
	18.30 -20.00	Latin Dance Power (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Distelmeier
	20.00 - 22.00	Volleyball Mixed	Doppelsporthalle WGV	Tanja Pörtner

Donnerstag	9.00 - 10.30	Pilates (Kurs)	Tanzzentrum Vlotho	Anette Wiele
	15.00 – 16.30	Akrobatik Kurs (Mädchen)	Turnhalle Bonneberg	Sonja O'Reilly
	16.30 – 17.30	Turnzwerge (ab 5 Jahren)	Turnhalle Bonneberg	Jana Gehrken/ Andrea Kölling
	17.30 -18.30	Turnen, Spiel & Sport (7 –10 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Jana Gehrken/ Andrea Kölling
	17.30 - 20.00	Sportabzeichen Abnahme (Mai - Okt.)	Außenanlage, Rudolf - Kaiser - Zentrum	Simone Krüger
	19.00 – 20.00	Rücken Fitness	Turnhalle Bonneberg	Birthe Ferreri
	20.00 - 22.00	Volleyball Herren	Doppelsporthalle Vlotho, GS	R.P. Lenz
Freitag	15.30 – 16.30	Rope Skipping I	Turnhalle Bonneberg	Lina Berg/ Lina Wiele
	16.30 – 18.00	Rope Skipping II	Turnhalle Bonneberg	Kas. & Lav. Schröder
	18.00 – 19.00	Step Aerobic	Turnhalle Bonneberg	Yvonne Frydryck
	20.15 – 21.45	Functional Cross Training 14 tägig	Turnhalle Bonneberg	Lars Krieger
	20.00– 22.00	Volleyball Hobby Mix	Turnhalle Bonneberg/ WGV DOHA	Claudia Wolter
Samstag	14.00 - 17.00	Sportspaß (wechselndes Angebot)	Turnhalle Bonneberg	Info A. Wiele
Sonntag	11.00 - 12.00	Body Workout (1. Sonntag Im Monat)	Turnhalle Bonneberg	Melanie Gök