



# Sportangebot (Winterhalbjahr 2024 / 2025 )

01. Oktober 2024 bis 31. März 2025

Stand: 22.10.2024

Sportart • Zielgruppe • Angebot	Tag	Zeit	Sportstätte	Übungsleitung
<b>Badminton</b>				
Erwachsene	Montag	19:30 - 21:00	Turnhalle Rosenallee	Martin Brand
Erwachsene	Mittwoch	09:30 - 11:30	Sporthalle am Querkanal	Hans Erner Weibrecht
Erwachsene	Freitag	19:30 - 22:00	Sporthalle am Querkanal	Rainer Stahl
<b>Ballett</b>				
Jugend (ab 16 Jahre) + Erwachsene	Mittwoch	19:30 - 21:00	Gymnastikraum Querkanal	Kenichi Ikei
<b>Basketball</b>				
2. Herren	Montag	20:00 - 22:00	Sporthalle am Querkanal	Bennet Kaiser
Kinder (7 - 12 Jahre)	Dienstag	17:00 - 18:00	Turnhalle Rosenallee	Mario Gaza
1. Herren	Dienstag	20:00 - 22:00	Graf-Anton-Gübther-Gymnasium	Mario Gaza
Freizeit (ab 16 Jahre)	Mittwoch	19:00 - 20:30	Sporthalle am Querkanal	Eckard Jürgens
1. Herren	Donnerstag	20:30 - 22:30	Graf-Anton-Gübther-Gymnasium	Mario Gaza
Kinder (7 - 12 Jahre)	Freitag	14:30 - 16:00	Sporthalle am Querkanal	Mario Gaza
<b>Cornhole</b>				
Senioren	Dienstag	14:00 - 15:30	Haus des Sports	Hartmut Ritter
Erwachsene (ab 16 Jahre)	Mittwoch	20:15 - 21:45	Haus des Sports	Normen Uter
<b>Darts</b>				
Darts I (für Alle)	Dienstag	19:30 - 21:30	Haus des Sports	Jürgen Dartsch
Darts (60+)	Donnerstag	11:00 - 12:30	Haus des Sports	Hartmut Ritter
Darts II (für Alle)	Donnerstag	19:30 - 21:30	Haus des Sports	Arno Wreden

**Fitness**

Zumba	Montag	18:30 - 19:30	Haus des Sports	Britta Unfried
Gymnastik (D+H)	Dienstag	09:30 - 10:30	Haus des Sports	Regine Homann-Model
Fitness für Alle	Dienstag	10:30 - 11:30	Haus des Sports	Sieglinde Krone
Power Fitness	Dienstag	17:30 - 18:30	Gymnastikraum Querkanal	Julia Hermsmeyer
Gymnastik	Mittwoch	09:30 - 10:30	Gymnastikraum Querkanal	Regine Homann-Model
Radfahren in der Umgebung Haus des Sports	Treffpunkt 1. & 3. Mittwoch	Treffen 14:00	Haus des Sports	Else Kempermann / Egon Freese
Fit- und Faszientraining	Mittwoch	18:00 - 19:00	Haus des Sports	Andrea Kraudelt
Mini-Trampolin	Mittwoch	19:00 - 20:00	Haus des Sports	Anna Eisner
Mini-Trampolin (60+)	Donnerstag	09:00 - 10:00	Haus des Sports	Maria Brumund
Faszientraining	Donnerstag	10:00 - 11:00	Haus des Sports	Maria Brumund
Gymnastik nach Pilates	Donnerstag	10:00 - 11:00	Gymnastikraum Querkanal	Sieglinde Krone
Konditionstraining	Donnerstag	18:00 - 19:00	Turnhalle Rosenallee	Sieglinde Krone
Ganzkörperfitness (Tabata)	Donnerstag	19:00 - 20:00	Turnhalle Rosenallee	Maike Tebelmann / Tanja Frahmman
Zumba	Donnerstag	19:00 - 20:00	Gymnastikraum Querkanal	Britta Unfried
Mini-Trampolin	Freitag	17:30 - 18:30	Haus des Sports	Anna Eisner

**Freizeitkicker**

Herren	Mittwoch	20:30 - 22:30	Sporthalle am Querkanal	Michael Oetken / Enno Kuhlmann
--------	----------	---------------	-------------------------	-----------------------------------

**Gerätturnen / Akrobatik**

Einsteiger / Fortgeschrittene Akrobatik	Show / Montag	15:00 - 18:00	Sporthalle am Querkanal	Nadja Brand / Imani El-Khebir
Einsteiger / Fortgeschrittene Akrobatik	Show / Samstag	09:30 - 11:30	Sporthalle am Querkanal	Nadja Brand

**Gesundheitssport**

Hockergymnastik	Montag	09:30 - 10:30	Haus des Sports	Sabine Koppenberg
Wassergymnastik	Montag	15:30 - 16:00	Grundschule Wardenburg	Käthe Hoffmann
Wassergymnastik	Montag	16:00 - 16:30	Grundschule Wardenburg	Käthe Hoffmann
Wassergymnastik	Montag	16:30 - 17:00	Grundschule Wardenburg	Käthe Hoffmann
Frauen 55+	Montag	19:00 - 20:00	Gymnastikraum Querkanal	Käthe Hoffmann
"Sie und Er" ab 60	Dienstag	18:00 - 19:00	Turnhalle Rosenallee	Käthe Hoffmann

## Kindersport

Kinderturnen (3 - 6 Jahre)	Donnerstag	15:00 - 16:00	Turnhalle Rosenallee	Kim Derwahl
Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre)	Donnerstag	16:00 - 17:00	Turnhalle Rosenallee	Kim Derwahl
Akrobatik für Anfänger	Donnerstag	17:00 - 18:00	Turnhalle Rosenallee	Kim Derwahl
Ballschule (3 - 5 Jahre)	Donnerstag	15:00 - 16:00	Sporthalle am Querkanal	Julia Bruns

## Leichtathletik

Wandern	Dienstag	08:30 - 12:30	Haus des Sports	Walter Deutschmann
Lauftreff 1	Dienstag	19:00 - 20:00	Turnhalle Rosenallee	Andrea Kraudelt / Andrea Oeltjebruns
Walking	Mittwoch	16:30 - 17:30	Turnhalle Rosenallee	Maike Hoffmann
Walking	Freitag	17:00 - 18:00	Turnhalle Rosenallee	Maike Hoffmann
Lauftreff 2	Freitag	18:00 - 19:00	Turnhalle Rosenallee	Tanja Frahmann / Ina Harms
Lauftreff: Early-Bird	Sonntag	08:30 - 09:30	Haus des Sports	Andrea Kraudelt / Andrea Oeltjebruns

## Showdance

Showdance (Jahrgang 2014-2018)	Montag	16:30 - 17:30	Gymnastikraum Querkanal	Celine Burkert / Lara Köbernick
Showdance (Jahrgang 2012-2013)	Montag	17:30 - 19:00	Gymnastikraum Querkanal	Celine Burkert / Lara Köbernick
Kindertanz (Jahrgang 2015-2017)	Dienstag	16:00 - 17:30	Gymnastikraum Querkanal	Paulina Weise / Merle Trampe
Jazztanz (Frauen)	Dienstag	18:30 - 20:30	Gymnastikraum Querkanal	Cornelia Burkert
Contemporary (Jugend)	Mittwoch	18:00 - 19:30	Gymnastikraum Querkanal	Cornelia Burkert
Showdance (Jahrgang 2012-2013)	Freitag	15:00 - 17:00	Gymnastikraum Querkanal	Celine Burkert
Showdance (Jahrgang 2014-2018)	Freitag	17:00 - 18:30	Gymnastikraum Querkanal	Celine Burkert / Grete Leenderts / Lotta Habbermann
Showdance (Jahrgang 2012-2013)	Samstag	11:30 - 13:30	Sporthalle am Querkanal	Celine Burkert / Neele Burkert / Nina Linnhoff

## Sidokan (Selbstverteidigung, Karate, Kickboxen)

Jugendliche / Erwachsene	Montag	19:30 - 21:00	Haus des Sports	Georgios Pantelis
Kinder / Jugendliche (ab 6 Jahre)	Dienstag	16:00 - 17:30	Haus des Sports	Georgios Pantelis
Erwachsene / Senioren	Mittwoch	10:00 - 11:30	Haus des Sports	Georgios Pantelis
Kinder / Jugendliche (ab 6 Jahre)	Donnerstag	16:30 - 18:00	Haus des Sports	Georgios Pantelis
Jugendliche / Erwachsene	Donnerstag	18:00 - 19:30	Haus des Sports	Georgios Pantelis
Erwachsene / Senioren	Sonntag	10:00 - 12:00	Haus des Sports	Georgios Pantelis

## Tanzsport

Gemeinschaftstanz (50+)	Montag	10:45 - 12:15	Haus des Sports	Uschi Kahler
Hip-Hop	Montag	15:00 - 16:30	Gymnastikraum Querkanal	Kenichi Ikei
Erwachsene	Montag	20:00 - 21:30	Gymnastikraum Querkanal	Alexandra Huckfeldt
Erwachsene	Donnerstag	20:00 - 21:30	Gymnastikraum Querkanal	Alexandra Huckfeldt
Erwachsene	Sonntag	17:30 - 19:00	Gymnastikraum Querkanal	Alexandra Huckfeldt
Erwachsene	Sonntag	19:00 - 20:30	Gymnastikraum Querkanal	Alexandra Huckfeldt

## Tischtennis

Kinder (4-7 Jahre)	Montag	15:00 - 16:00	Turnhalle Rosenallee	Arian Schenk
Erwachsene (60+)	Dienstag	11:30 - 13:30	Haus des Sports	Astrid Manßen / Karl-Heinz Claaßen
Erwachsene	Dienstag	19:00 - 22:00	Turnhalle Rosenallee	Arno Kampen
Erwachsene / Ping-Pong Parkinson	Mittwoch	15:00 - 17:00	Sporthalle am Querkanal	Astrid Manßen
Einsteiger (ab 4 Jahre)	Mittwoch	16:15 - 17:45	Turnhalle Rosenallee	Felix Hellhoff
Jugend	Mittwoch	17:45 - 19:45	Turnhalle Rosenallee	Christoph Kathmann
Erwachsene	Mittwoch	19:45 - 22:00	Turnhalle Rosenallee	Arno Kampen
Erwachsene / Ping-Pong Parkinson	Donnerstag	11:00 - 13:00	Sporthalle am Querkanal	Astrid Manßen
Erwachsene (60+)	Freitag	11:15 - 13:15	Haus des Sports	Astrid Manßen / Karl-Heinz Claaßen
Jugend	Freitag	16:00 - 17:30	Turnhalle Rosenallee	Arian Schenk
Jugend + Erwachsene Leistungstraining	Freitag	17:45 - 19:45	Turnhalle Rosenallee	Christoph Kathmann
Erwachsene Training bei Arno	Freitag	19:30 h - 22:00 h	Haus des Sports	Arno Kampen
Erwachsene	Freitag	19:45 - 22:00	Turnhalle Rosenallee	Arno Kampen

## Trampolin

Leistungsgruppe	Mittwoch	19:00 - 20:30	Sporthalle am Querkanal	Wolfgang Fabich
Kinder (6 - 11 Jahre)	Donnerstag	15:00 - 17:00	Gymnastikraum Querkanal	Wolfgang Fabich
Jugend (11 - 16 Jahre)	Donnerstag	17:00 - 19:00	Gymnastikraum Querkanal	Wolfgang Fabich
Leistungsgruppe	Freitag	19:30 - 21:00	Sporthalle am Querkanal	Wolfgang Fabich
Leistungsgruppe	Samstag	08:00 - 12:00	Sporthalle am Querkanal	Wolfgang Fabich
Ü-18 Just for Fun-Gruppe	Sonntag	18:00 - 20:00	Graf-Anton-Gübther-Gymnasium	Wolfgang Fabich

## Volleyball

Jugend (12 - 17 Jahre)	Montag	18:00 - 19:30	Turnhalle Rosenallee	Felix Leverenz / Sebastian Jessen
Erwachsene (Freizeitgruppe)	Montag	20:00 - 22:00	Sporthalle am Querkanal	Klemens Schneider
Erwachsene / Senioren	Mittwoch	09:30 - 11:30	Sporthalle am Querkanal	Wilfried Schnitker
Erwachsene (SG WTV / HTV)	Donnerstag	20:00 - 22:00	Turnhalle Rosenallee	Janna Moerking / Sebastian Jessen