



Trainingszeiten & Gruppen

Winterzeit

Montag				
Trainingszeit	Gruppe	Sportanlage	Ansprechpartner	Telefon
19.00 – 20.30 h	Volleyball	Sporthalle Lerbeck	Jürgen Köstermeyer	0571 - 7 26 71
20.30 – 22.00 h	Basketball	Sporthalle an der Portaschule	Heinrich Gerhard	0170-9395062
Dienstag				
17.00 – 18.00 h	Kinderturnen	Sporthalle an der Portaschule	Manuela Block	0151 58176721
19.15 – 20.15 h	Aerobic-Pilates	Sporthalle Lerbeck	Swintha Buhrmester	0571 – 7 18 89
19.00 – 20.30 h	Freizeitgruppe Fußball	Sporthalle Lerbeck	Christoph Schürmann	0571 – 7 53 51
Mittwoch				
17.00 – 18.00 h	Fit-Kids	Sporthalle an der Portaschule	Christiane Heimen	0177-8440595 (ab 14.00 h)
Winterpause	Bouletreff			
Donnerstag				
17.45 – 18.45 h	Fit von Kopf bis Fuß	Sporthalle Lerbeck	Andreas Nennker	0571 – 710 404
Freitag				
19.00 – 20.30 h	Tanzen	Bürgerhaus Porta (ehem. Haus des Gastes)	Andreas Nennker	0571 - 710404
Samstag				
Winterpause	Nordic-Walking			