

Sportangebot TuS Bonneberg (gültig ab April 2022)

Wochentag	Uhrzeit	Abteilung/Sportangebot	Übungsort/Sportstätte	Übungsleiter(in)/ Trainer(in)
Montag	15.30 – 17.00	Gymnastiktreff für Ältere	Turnhalle Bonneberg	N.N.
	18.00 – 19.00	Pilates	Vereinszentrum	Anette Wiele
	18.00 - 20.00	Volleyball U14/U18 weibl.	WGV Doppelsporthalle	Sabrina Giesen
	18.00 – 19.00	Step Aerobic	Turnhalle Bonneberg	Yvonne Frydryk
	19.00 – 20.00	Pilates	Vereinszentrum	Anette Wiele
Dienstag	15.30 – 16.30	Eltern- Kind Turnen (3 und 4 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Laura Peitzmeier
	16.30 – 17.30	Eltern - Kind Turnen (1 und 2 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Laura Peitzmeier
	18.00 – 19.15	Fit und Gesund Gymnastik	Turnhalle Bonneberg	Edith Mielke
	18.00 – 19.00	Stretch & Relax	Vereinszentrum	Melanie Windmüller- Gök
	19.30– 21.00	Total Body Workout	Turnhalle Bonneberg	Melanie Windmüller- Gök
	20.00 – 22.00	Volleyball Herren	Doppelsporthalle Vlotho,GS	Ralf Peter Lenz
	20.00 - 22.00	Volleyball Altherren	Doppelsporthalle Vlotho, GS	Andre Pielsticker
Mittwoch	16.00 - 17.30	Volleyball U12/U14/U16	WGV Doppelsporthalle	Clemens Veith / Timo Welge
	16.00 - 18.00	Volleyball U16 weibl.	WGV Doppelsporthalle	Rouven Köhler / Cenk Efe Coskun
	16.30 – 18.30	Volleyball Jugend U18/U20 männl.	WGV Doppelsporthalle	Ralf Peter Lenz
	18.30 - 20.00	Volleyball Jugend U20/Damen weibl.	WGV Doppelsporthalle	Sabrina Giesen
	18.30 - 19.15	Interval meets Core	Turnhalle Bonneberg	Laura Peitzmeier
	19.15 – 20.00	Pump it up Langhanteltraining	Turnhalle Bonneberg	Laura Peitzmeier
	20.00 – 22.00	Volleyball 2. Herren	WGV Doppelsporthalle	Dennis Hartwig
	20.00 – 22.00	Volleyball Hobby Mixed	WGV Doppelsporthalle	Sabrina Giesen
Donnerstag	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	WS Fitness	Turnhalle Bonneberg	Birthe Ferreri
	18:30 - 20.00	Volleyball Jugend U16/U18/U20 männl.	Doppelsporthalle Vlotho, GS	Ralf Peter Lenz
	20.00 - 22.00	Volleyball Herren	Doppelsporthalle Vlotho, GS	Ralf Peter Lenz
Freitag	16.00 – 17.30	Volleyball Jugend U14 weibl.	WGV Sporthalle/ TuHa	Sabrina Giesen
	16.30 – 17.30	Rope Skipping I	Turnhalle Bonneberg	Lina Wiele
	17.30 – 18.30	Rope Skipping II	Turnhalle Bonneberg	Neele Wolter / Jenny Krüger
	20.00– 22.00	Volleyball / jede ungerade Woche Herren/männl. Jugend - SPIEL TRAINING	WGV Doppelsporthalle	Ralf Peter Lenz
	20.00 - 22.00	Volleyball / jede ungerade Woche 2. Herren	WGV Doppelsporthalle	Dennis Hartwig
Samstag	14.00 - 17.00	Sportspaß (wechselndes Angebot)	Turnhalle Bonneberg	Info A. Wiele
Sonntag	11.00 - 12.00	Angebote im Wechsel (s. Sonntagsplan)	Turnhalle Bonneberg	
	11.00 - 12.00	Body Workout		Melanie Windmüller- Gök
	11.00 – 12.00	Latin fit		Sophie Kipp
	11.00 – 12.00	Pilates		Anette Wiele
	11.00 – 12.00	Aroha		Anette Wiele
	11.00 – 12.00	WS Fitness		Birthe Ferreri
	11.00 – 12.00	Step Aerobic		Yvonne Frydryk
	15.00 - 17.00	Sport & Spaß mit Hund	Sportplatz Bonneberg	Karl Renner
Info		Für Kursangebote wird eine Kursgebühr erhoben. Es ist eine persönliche Anmeldung erforderlich.		
		Die Sonntagsangebote sind für Vereinsmitglieder kostenfrei. Für externe Teilnehmer erheben wir 5 € Kursgebühr.		