

Sportangebot TuS Bonneberg (gültig ab Februar 2020, Änderungen vorbehalten)

Wochentag	Uhrzeit	Abteilung/Sportangebot	Übungsort/Sportstätte	Übungsleiter(in)/ Trainer(in)
Montag	9.00 - 10.30	Pilates (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Anette Wiele
	15.30 – 17.00	Gymnastiktreff für Ältere	Turnhalle Bonneberg	Magdalena Fechte-meier
	18.00 – 19.00	Fit42 / Partnerworkout	Turnhalle Bonneberg	Anette Wiele
	19.15 – 20.15	Latin Dance Power (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Distelmeier
	19.00 –20.00	Faszien Pilates	Turnhalle Bonneberg	Anette Wiele
	20.00 – 21.00	Aroha - Cardiotraining im ¾ Takt	Turnhalle Bonneberg	Anette Wiele
Dienstag	10.00 – 11.00	Body Workout (Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Windmüller-Gök
	15.30 – 16.30	Eltern- Kind Turnen (3 und 4 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Laura Everts
	16.30 – 17.30	Eltern - Kind Turnen (1 und 2 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Laura Everts
	18.00 – 19.30	Fit und Gesund Gymnastik	Turnhalle Bonneberg	Edith Mielke
	17.30 – 19.00	Bewegen statt schonen (P- Kurs)	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Windmüller-Gök
	19.00 – 20.30	Dance (ab 12 Jahre)	Vereinszentrum Vlotho	Melanie Windmüller- Gök
	19.30– 21.00	Fitness- Aerobic	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
	15.00 – 16.00	Show & Motion Akrobatik (4 – 5 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Sonja O'Reilly/ Janna Kramer
	16.00 – 17.00	Show & Motion Akrobatik (3 – 4 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Sonja O'Reilly/ Janna Kramer
	16.30 – 18.00	Volleyball Jugend U18 männl.	WGV Doppelsporthalle	R.P. Lenz
	18.30 -20.00	Volleyball Jugend U18 weibl.	WGV Doppelsporthalle	Sabrina Giesen
	18.30 -20.00	Step & more	Turnhalle Bonneberg	Yvonne Frydryck
	20.00 – 22.00	Volleybal HobbyMix	WGV Doppelsporthalle	Tanja Pörtner
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
	18.30 – 20.00	Volleyball Herren/ U18	Doppelsporthalle Vlotho, GS	R.P. Lenz
	19.00 – 20.00	Rücken Fitness	Turnhalle Bonneberg	Birthe Ferreri
	20.00 - 22.00	Volleyball Herren	Doppelsporthalle Vlotho, GS	R.P. Lenz
Freitag	15.00 – 16.30	Show & Motion Akrobatik (ab 6 Jahre)	Turnhalle Bonneberg	Sonja O'Reilly/ Janna Kramer
	16.00 – 17.30	Volleyball Jugend U12 gemischt	WGV Sporthalle	Sabrina Giesen
	16.30 – 17.30	Rope Skipping I	Turnhalle Bonneberg	Lina Wiele
	17.30 – 19.00	Rope Skipping II	Turnhalle Bonneberg	Neele Wolter/ Jenny Krüger
	20.00– 22.00	Volleyball Hobby Mix	Turnhalle Bonneberg/ WGV DOHA	Claudia Wolter
	20.15 – 21.45	Functional Cross Training 14 tägig	Turnhalle Bonneberg 14tg.	N.N.
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 Windmüller-Gök
	11.00 – 12.00	Latin Dance Power (2.Sonntag im Monat)	Turnhalle Bonneberg	Melanie Distelmeier
	11.00 – 12.00	Latin Fit (3. Sonntag im Monat)	Turnhalle Bonneberg	Sophie Kipp
	15.00 – 17.00	Sport & Spaß mit Hund	Sportplatz Bonneberg	Kari 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.		