

DJK SC Nienberge Belegungsplan Turnhalle Annette-Grundschule- Nienberge

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14:00-14:30					Grundschule 14:00-15:00
14:30-15:00	UNI-Sport 14:30-16:00	UNI-Sport 14:30-16:00	UNI-Sport 14:30-16:00	UNI-Sport 14:30-16:00	
15:00-15:30	L.Seulen	L.Seulen	L.Seulen	L.Seulen	
15:30-16:00	0178 4904707	0178 4904707	0178 4904707	0178 4904707	Tennis 15:30-16:30*
16:00-16:30	Sitzgymnastik 16:00-17:00	Karate für Kids 16:00-17:30	Kinderturnen 16:15-17:15	Kinderturnen 6-10J. 16:00-17:00	B. Reeg 01577 0206453
16:30-17:00	B.Eckhorst Tel.1328	J. Niemann 0170 44 299 01	3-4 Jahre	A. Markmann Tel: 9191808	Karate für Kids 16:30-18:00
17:00-17:30	Fußball U9 17:00-18:00*		U.Schilling Tel. 7293	Eltern-Kind 17:00-18:00	J. Niemann 0170 44 299 01
17:30-18:00	D.Koch 0157 83693723		Damengymnastik 17:30-18:30	A.MarkmannTel. 0251 36595	
18:00-18:30	Senioren sport 18:00-19.00	Rücken-Fit 18:00-19:00	S.Wortmann Tel:0173 6811191	Damengymnastik 18:00-19:30	Zumba 18:00-19:00
18:30-19:00	E.Feldmann	A. Bexten Tel.2468	Herrngymnastik 18:30-19:30	H. Sievers Tel. 919537	S.Robering Tel.3674
19:00-19:30	Bodyworkout 19:00-20:00	Damengymnastik 19:00-20:00	H. Sievers Tel. 919537		Fußball U9 17:00-18:00*
19:30-20:00	M.Schilling Tel.7293	H.Farwick Tel.3032	Zumba 19:30-20:30	Wirbelsäulengymnastik 19:30-20:30	D.Koch 0157 83693723
20:00-20:30	Body weight 20:00-21:00	Herz- Kreislauftraining	S.Robering Tel. 3674	H. Farwick Tel.3032	
20:30-21:00	A. Bender 0251 46323	H.Farwick Tel.3032			
21:00-21:30					
21:30-22:00					

* von Herbst- bis Osterferien