



Trainingsplan Breitensport sowie Trainer u. Kursleiter



Sporthalle/ Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Mannschaft	Betreuer
Veerter - Sportplatz	Montag	08:00 - 09:00	Walking für Einsteiger	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Montag	16:00 - 17:00	Bewegung, Spiel u. Spaß für Vater/Mutter/Kind ab 1 1/2 bis 3 J	S. Sprada Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Montag	17:15- 18:00	Bewegung, Spiel u. Spaß für Kindergartenkids ab 3 J. bis 4 J.	S. Sprada Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Montag	20:00 - 21:30	Body Forming	T. Matenaer Tel. 94679
Martini - Halle Veert	Dienstag	20:00 – 21:30	Fitness Frauen	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Mittwoch	16:45 - 17:30	Sport der Älteren, 65 plus Hocker / Stand Gymnastik	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Mittwoch	17:30 – 18:15	Rückenschule 65 plus F / M Stand / Matte	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Mittwoch	20:00 - 22:00	Rückenschule/ Rückenfit unter 65 F / M	B Beeker Tel. 2845
Veerter - Sportplatz	Donners- tag	08:00 - 09:00	Walking für Einsteiger	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Donners- tag	17:00 - 17:45	Bewegung, Spiel u. Spaß für Kids ab 5 J. bis 6. J	B. Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Donners- tag	17:45- 18:30	Bewegung, Spiel u. Spaß für Kids ab 7 J bzw. 1. Schuljahr	B Beeker Tel. 2845
Martini - Halle Veert	Donners- tag	18: 30 - 19:15	Bewegung, Spiel u. Spaß für Kids ab 9 J	K. Neuenhüsges Tel. 1338898

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Abteilungsleiterin Frau Birgit Beeker - Tel. 2845!