

Stand 06.03.2022

Auflistung aller Sportangebote in der Halle oder die draußen angeboten werden!

Montag:					
Montag	Ulrike Schöer	Sitzgymnastik	AWO Zweckel	09:15-10:15 Uhr	
Montag	Henriette Steffen	Begegnungstreff	Montagsmaler	09:30-12:00 Uhr	
Montag	Albert Schmidt	Boulen in Wittringen	Treff Grillwiese Wittringen	14:30 Ende offen	
		für jeden			
Montag	Ulrike Weller	Anne Frank Real.	Volleyball	18:00-20:00 Uhr	
			(mit gr. weichem Ball)		
Montag	Heidi Danzer	Oudoortraining	Bewegungstreff	09:30-11:00 Uhr	
			(drinnen und draußen)		
Montag	Daniela und	Tanzern Gesellschafts-	Tanzschule Schaub	10:00-12:00 Uhr	
	Jörg Schaub	tanz mit Verfahrnung			
Montag	Christa Oehmke	Sitzgymnastik	Erlenstr. Bewegungstreff	11:00-12:00 Uhr	
Montag	Ulrike Schöer	Gymnastik u. Spiele	Turnhalle Roßheideschule	13:45- 14:45 Uhr	
		nur für Frauen			
Montag	Sigrid Kemmer	Yoga, dynamisch	VHS	14:00-15:30 Uhr	Ist in Planung !!
Montag	Jörg Judersleben	Literatur-Café	Begegnungstreff/Erlenstr.40	17:00-18:30 Uhr	
Montag	Gabriele Ulrich	Yoga	Bürgerhaus Ost	15:30-17:00 Uhr	

Montag:

Montag	Klaus Albert	Tennis	Anne-Frank-Realschule	16:00-18:00 Uhr	
Montag	Dieter Klein	Kegeln	Aschi-Halle (ab 07.02.22)	16:00-19:00 Uhr	Bitte Anmelden !
			14 tägig		
Montag	Wilhelm Bugdoll u.	Kegeln	Aschi-Halle (ab 07.02.22)	16:00-19:00 Uhr	Bitte Anmelden !
	Klaus Donath		14 tägig		
Montag	Heike Herrmann	Fitnessprogramm	Josef Schule	16:30-18:00 Uhr	
Montag	Karin und Peter	Line Dance	Heinrich-Weidemeir-Haus	17:00- 18:30 Uhr	
	Schiering				
Montag	Veronika Roszka	Trimilin-Gymnastik	Mosaikschule	17:30-19:00 Uhr	
Montag	Karin und Peter	Line Dance	Heinrich-Weidemeier-Haus	18:45- 20:15 Uhr	
	Schiering				

Dienstag:

Dienstag	Sieglinde Kriener	Sitzgymnastik	AWO Rentfort	09:30-11:00 Uhr	
Dienstag	Werner Polte	Selbstverteidigung	Bürgerhaus Ost	10:15-11:15 Uhr	
Dienstag	Petra Wenzel	Nordic Walking	Sportplatz Ellinghorst	09:30-11:00 Uhr	
Dienstag	Hanna Richter	Gymnastik 70+	Bewegungstreff, Erlenstr.	10:00-11:00 Uhr	
		bleib beweglich			
Dienstag	Teamarbeit (Winfried Theis,	Wander in der Region	jeden letzten Dienstag im	09:30 Uhr	Bitte Anmelden !
	Petra Wenzel, Sabine Nell u.		Monat		
	Christa Oehmke				

Dienstag	Anke Niemierza	Seniorentanz/Einzeltanz	Bürgerhaus Ost	11:30-12:30 Uhr	
		Rythmische Gymnastik			
Dienstag	Anke Niemierza	Seniorentanz /Disco fox	Bürgerhaus Ost	12:45-13:45 Uhr	
Dienstag	Sigrid Kemmer	Yoga, dynamisch	Bürgerhaus Ost	14:00-15:30 Uhr	
Dienstag	Kar-Adolf Sudhoff	Spielenachmittag	Begegnungstreff Erlenstr.	15:00-18:00 Uhr	
Dienstag	Hannelore Keysberg	Pezziballgymnastik	Turnhalle Pestalozzischule	16:30-17:30 Uhr	
Dienstag	Karin u. Peter Schiering	Line Dance	Heinrich- Weidemeier- Haus	16:30- 18:00 Uhr	Bitte Anmelden !
Dienstag	Klemens Rickert	Fitness mit Pfiff	Mosaikschule	17:30-18:30 Uhr	
Dienstag	Hüseyin Saricoskun	Bewegung- und Stressbewältigung	Bewegungstreff	18:00-19:00 Uhr	zur Zeit Mittwoch

Mittwoch:

Mittwoch	Dieter Wenzel	Walking	Parkplatz Turnhalle Rentfort Nord	09:30-11:00 Uhr	
Mittwoch	Heidi Danzer	Rollatoren-Walking	AWO Rentfort-Nord	10:00-11:00 Uhr	
Mittwoch	Gabriele Ullrich	Yoga	Bürgerhaus Ost	10:00-11:30Uhr	
Mittwoch	Gabriele Ullrich	Yoga	Bürgerhaus Ost	11:45-13:15 Uhr	
Mittwoch	Veronika Roszka	Rhythmische Gymnastik	Bürgerhaus Ost	13:45-14:45 Uhr	
Mittwoch	Wilhelm Bugdoll	Minigolf	"Gut Schlag" an der Bohmertstr.	14:00-17:00 Uhr	
Mittwoch	Veronika Roszka	Spiel und Sport	Sporthalle Südparkschule	16:30-17:30 Uhr	

Mittwoch	Kerstin Kaluza	Line Dance für Anfänger	AWO Rentfort	17.00-18:30 Uhr	
Mittwoch	Karin Schiering	OSHO Tanzmeditation	Heinrich-Weidemeier-Haus	18:45-19:45 Uhr	jeden 1. im Monat Bitte Anmelden!
Mittwoch	Kerstin Kaluza	Line Dance für Fortgeschrittene	AWO Rentfort	18:45-20:15Uhr	

Donnerstag:

Donnerstag	Veronika Roszka	Rückenschule	Bürgerhaus Ost	09.00- 09:45Uhr	
Donnerstag	Hans Dehnhard	Fahrradtouren	Halbtages- und Ganztagestouren (Treff Talstr.)	10:00 Uhr	Bitte Anmelden!
Donnerstag	Simone Henkel	Gymnastik	Bewegungstreff Erlenstr.	09:30-10:15 Uhr	
Donnerstag	Simone Henkel	Gymnastik	Bewegungstreff Erlenstr.	10:30-11:15 Uhr	
Donnerstag	Daniela und Jörg Schaub	Tanzen, Gesellschafts- tanz mit Verfahrung	Tanzschule Schaub	10:00-12:00 Uhr	
Donnerstag	Christel Stach	Gesprächskreis	Begegnungstreff (Erlenstr.)	10:00-12:00 Uhr	jeden 1. im Monat
Donnerstag	Christa Oehmke	Fitnesstraining in der Natur	Kotten nie	11:00-12:00 Uhr	
Donnerstag	Hannelore Keysberg	Wirbelsäulengymnstik	VHS	14:00-15:00 Uhr	
Donnerstag	Brigitte Ausflug	Fahrradtouren light	Treff Nordpark (Talstr.)	14:00- 18:00 Uhr	Bitte Anmelden!
Donnerstag	Albert Schmidt	Boulen in Wittringen	Treff Grillwiese Wittringen	14:30- Ende offen	Bitte Anmelden!

Donnerstag	Heike Herrmann	Fitnessprogramm	Bürgerhaus Ost	15:00-16:30 Uhr	
Donnerstag	Christa Korona	Nordic Walking	Wittringen (Treff Parkplatz)	16:00-17:00 Uhr	
Donnerstag	Manar Borji	Spiel u. Sport für Kinder	Erich-Fried Schule	18:00-20:00 Uhr	
	Souha Hamdi	12-14 Jahren			
Donnerstag	Karin u. Peter Schiering	Line Dance	Bürgerhaus Ost	19:30-21:00 Uhr	

Freitag:

Freitag	Hans Denhard	Ganzkörpertraining	Bewegungstreff (Erlenstr.)	09:00- 10:30 Uhr	
Freitag	Manuela Langer	Rückenschule	Bürgerhaus Ost	09:00-09:45 Uhr	
Freitag	Monika Koopmann	Englisch	Bürgerhaus Ost	15:30-17:00 Uhr	
Freitag	Hüseyin Saricoskun	Elsa-Brandström Halle	Rückenfit,Gym., Spiel u.Sport	19:30-21:00 Uhr	

Samstag u.Sonntag:

Samstag	Thomas Langer	Fahrradtouren light	Treff Nordpark (Talstr.)	10:00-14:00 Uhr	
Samstag	Albert Schmidt	Boulen Wittringen	Treff Grillwiese Wittringen	14:00- Ende offen	Bitte Anmelden!
Sonntag	Thomas Langer	Fahrradtouren	Treff Nordpark (Talstr.)	10:00-15:00 Uhr	Beginn 09.01.22
		60-80 Kilometer	alle 14 Tage		Bitte Anmelden