



Mehlemer Sportverein e.V.

Stundenplan Stand August 2019

Tag	Zeit	Gruppe	Übungsleiter/in	Ort (s. u.)
Montag	9.30-10.30	Gymnastik Seniorinnen	Northild Knauer	GH
	16.15-17.15	Turnen Eltern/Kind 1,5-3 Jahre	Heike Mündelein	Mehlem
	17.00-20.00	Tischtennis (Jugend)	Willi Bogner	RKS
	20.00-22.00	Tischtennis	Mirko Tantz und Thomas Mentis	RKS
	17.30-18.30	Turnen Mädchen 6-9 Jahre	Mariola Kaczmarek	Mehlem
	19.30-20.30	Bewegung nach Musik, Frauen	Mariola Kaczmarek	Mehlem
	20.30-21.30	Bewegung nach Musik, Frauen	Mariola Kaczmarek	Mehlem
	Dienstag	17.00-18.30	Tischtennis (Anfänger)	Willi Bogner
19.00-20.00		Gymnastik u. Spiele für Frauen und Männer	Heike Mündelein	Mehlem
20.00-21.00		Power-Workout Frauen	Gisela Hofmann	Mehlem
19.00-21.00		Wassergymnastik	Northild Knauer	KAG
			Zur Zeit nicht möglich	
Mittwoch	15.30-16.30	Turnen Kinder 4-6 Jahre (Vorschulkinder)	Nicole Graßmann	Mehlem
	16.30-18.00	Turnen Eltern / Kind 3-4 Jahre	Nicole Graßmann	Mehlem
	19.30-21.30	Hallenfußball	Jörg Wamser	Mehlem
	20.00-22.00	Fit und gesund, für Frauen	Northild Knauer	RKS
	17.30-19.00	Walking (April – Oktober) für Frauen und Männer <small>(Zeiten Nov.–März in Absprache m.Übungsleiter/Info im Aushang Mehlem)</small>	Annemarie Guta	Venner Str.
Donnerstag	09.30-10.30	Gymnastik Seniorinnen	Gisela Hofmann	Kollgasse
	19.00-22.00	Tischtennis	Willi Bogner	RKS
	19.00-20.00	Gymn. u. Bewegung n. Musik für Frauen	Ulrike Schäfer	Mehlem
	20.00-22.00	Fitneß für Frauen und Männer	Kathrine Zerwas	Mehlem
Freitag	15.00-17.00	Nordic Walking für Frauen und Männer	Heike Mündelein, Treffpunkt:Mehlem	
	16.30-17.30	Turnen Jungen 6-9 Jahre	Heike Mündelein	Mehlem
	17.30-19.00	Turnen Jungen 10-14 Jahre	Heike Mündelein	Mehlem
	19.00-20.30	Volleyball Frauen / Männer	Gerhard Lemm	Mehlem
	17.00-22.00	Tischtennis Frauen / Männer	Mirko Tantz und Thomas Mentis	RKS

Unsere Übungsstunden finden an folgenden Orten statt:

**Mehlem = Turnhalle Oberastr.; RKS = Turnhalle Robert-Koch-Schule Eingang Galileistraße;
GH = Grundschule Heiderhof; KAG = Schwimmbad Konrad-Adenauer-Gymnasium;
Venner Str. = Parkplatz Kottenforst; Kollgasse = kath. Pfarrheim**

Die regelmäßigen Monatswanderungen werden im Schaukasten am Marktplatz/ Siegfriedstraße, am schwarzen Brett in der Turnhalle, in der Tagespresse und in den Übungsstunden bekanntgegeben. Das gleiche gilt für die **Radwanderfahrten** und andere Unternehmungen.

Weitere Auskünfte erteilt Frau Gisela Hofmann, Tel. 0228 / 34 68 90 für die Turnabteilung und Herr Willi Bogner, Mobil 0171/1268935 für Tischtennis

Besuchen Sie auch unsere Internet-Seite: www.mehlemer-sportverein.de