

Belegung große Halle, ab November 2025								
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
08:00	Schulsport	Schulsport	Schulsport	Schulsport	Schulsport			
08:15								
-								
-								
-								
-								
-								
-								
12:30							Fussball 9:30 - 13:00	
12:45								
13:00		Grundschul-AG						
13:15								
13:30								
13:45								
14:00					Tennis A.Protte			
14:15								
14:30								
14:45								
15:00				Tennis A.Protte 0151-14158969				
15:15	Kindersport Jonas Voß und Kim Anestin Jungewelter	Kindersport 7-10 J. Jonas Voß 0151 28870179						
15:30								
15:45								
16:00								
16:15			Fussball Jugend		Badminton Jugend D.Ahlheit Tel: 0176 47790249			
16:30								
16:45								
17:00		Badminton Jugend D.Ahlheit Tel: 0176 47790249						
17:15	Fussball Jugend (Winter)		Fussball Jugend					
17:30								
17:45								
18:00				Badminton Schüler/Jugend D.Ahlheit Tel: 0176 47790249				
18:15	Badminton Fussball Jugend (im Winter)							
18:30			Damen Senioren Barbara Wecker					
18:45								
19:00	Badminton Senioren D. Ahlheit Tel: 0176 47790249	Badminton Senioren D.Ahlheit Tel: 0176 47790249		Badminton Senioren D.Ahlheit Tel: 0176 47790249	Badminton Senioren Hobby D.Ahlheit Tel: 0176 47790249			
19:15								
19:30			Athletic Traning Ralf Sedat Fussball Senioren (im Winter)					
19:45								
20:00			Männersport Antonius Brökelmann Tel: 0160 95951700		Athletic Training Ralf Sedat			
20:15								
20:30								
20:45								
21:00					Fussball-Hobby Bernhard Sprick			
21:15								
21:30								
21:45								

Legende

Regelangebot SCO

im Winter SCO

nicht SCO

Legende

Regelangebot SCO

im Winter SCO

nicht SCO

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
08:00	Schulsport	Schulsport	Schulsport	Schulsport	Schulsport	Voltis / Breitensport Kindergeburtstag (10 - 17:30)		
08:15								
.								
.								
.								
.								
.								
.								
.								
12:30								
12:45								
13:00								
13:15								
13:30								
13:45								
14:00								
14:15								
14:30								
14:45								
15:00	Rehasport Fr, Wollförster Tel: 0170 1535061	Tennis A.Protte 0151-14158969	Eltern-Kind 3.+4. Jahre Yvonne Frensemeier 0160 8337322		Tennis			
15:15								
15:30								
15:45								
16:00	Fussball		Eltern-Kind ab 2.Jahre Yvonne Frensemeier 0160 8337322	Kindersport 5.+6. Jahre Kim- Anestin Jungewelter				
16:15								
16:30								
16:45								
17:00	Fussball	Tennis im Winter Basketball U10 Gregor Czucha Tel: 0157 88088012	Divolos Lena Rehkämper Tel: 0160 8016344	Fussball				
17:15								
17:30								
17:45								
18:00	Diwos Gaby Sprenger Tel: 0171-2319656	Rückenfit Sprenger Tel: 54915						
18:15								
18:30								
18:45								
19:00	Tischtennis Michael Brune Tel.: 015146652021	Volleyball Damen Bettina Langguth	Step Areobic Monika Gröpper Lahme Tel: 54413	Diwos Gaby Sprenger Tel: 0171-2319656	Tischtennis Michael Brune			
19:15								
19:30								
19:45								
20:00								
20:15								
20:30								
20:45								
21:00								
21:15								
21:30								
21:45								

Belegung Gymnastikraum, ab November 2025

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00		Yoga Helena Gnaase 0176 81465590	Pilates Fortgeschr. Claudia Hansjürgens Tel: 938601	Pilates Fortgeschr. C. Hansjürgens Tel: 938601	Kath. Grundschule Ostenland	
08:15						
08:30	Sanfte Wirbelsäulengymnastik Teresa Bolte 01753606517		Pilates Anfänger Claudia Hansjürgens Tel: 938601	Fit in den Tag Claudia Hansjürgens		
08:45						
09:00	Sanfte Wirbelsäulengymnastik Teresa Bolte	Fit in den Tag Helena Gnaase				
09:15						
09:30			kath. Familienzentrum	Eltern/Kind 1-2 Jahre Angelina Wüseke Carolin Hollenhorst		
09:45						
10:00	kath. Familienzentrum					
10:15						
10:30						
10:45						
11:00						
11:15						
11:30						
11:45						
	dazwischen keine Belegung					
15:00						
15:15						
15:30						
15:45						
16:00	Mini Divolinis M.Bee-Niggemeier Tel: 0152 08689459	Yoga Helena Gnaase 0176 81465590	Tanzsternchen (KV) J.Leifeld	Kindertanz 3-4 Jahre (KV) Annika Meier	Diwolos Lena Rehkämper Tel:0151 8016344	
16:15						
16:30		Kindertanz Konfetti (KV) Wigge / Merschmann	Diwolos Lena Sprenger Tel: 0151-8016344	Bodyworkout C.Kothe-Becker Tel: 935793	Bodyworkout C.Kothe-Becker Tel: 935793	
16:45						
17:00						
17:15						
17:30						
17:45						
18:00	fit und beweglich M.Gröpper-Lahme S.Höwekenmeier Tel: 0176 32827273	Voltis Christina Ramsel	Minigarde (KV) Vanessa Merschmann Natalie Wiesing	Voltis Christina Ramsel	Voltis Christina Ramsel	
18:15						
18:30						
18:45						
19:00	Diwos G. Sprenger Tel: 0171-2319656	Solomariechen (KV) Marie Hansjürgens	Bauch-Beine-Po C. Kothe-Becker Tel: 935793	Prinzengarde (KV) Sabina Nagatis		
19:15						
19:30			Männerballett (KV) Katharina Hempel			
19:45						
20:00						
20:15						
20:30						
20:45						
21:00						
21:15						

Belegung Nebenhalle, ab Januar 2026

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:00						
08:15						
08:30						
08:45						
09:00						
09:15						
09:30						
09:45						
10:00						
10:15						
10:30						
10:45						
11:00						
11:15						
11:30						
11:45						
12:00						
12:15						
	dazwischen keine Belegung					
15:00						
15:15						
15:30						
15:45						
16:00						
16:15						
16:30						
16:45						
17:00			Gymnastik Ü 60 C. Kothe Becker Tel: 935793	Bodyworkout C. Kothe-Becker		
17:15						
17:30						
17:45						
18:00			Aerobic Fatburner C.Kothe Becker			
18:15				Fußgymnastik (online) C. Kothe-Becker		
18:30						
18:45						
19:00			BBP C. Kothe-Becker			
19:15				Stretch & Relax (online) C. Kothe-Becker		
19:30						
19:45						
20:00						
20:15						
20:30						
20:45						
21:00						
21:15						