

Unsere Übungsleiter

Gabi Biesenbach 02635-5632
Nordic Walking
ÜL 1. Lizenzstufe

Niklas Bungarten 0171-7486063
Mädchenturnen
ÜL 1. Lizenzstufe

Stephanie Heßler 02635-4604
Step Aerobic

Marlene Kranz 02635-3847
Seniorinnen-Gymnastik

Claudia Meickmann 0176-18917537
Frauengymnastik
ÜL 1. Lizenzstufe

Sabine Morys 02224-74386
Ballett/Video Clip Dancing
Tanzpädagogin

Evi Schmitz 02635-922794
Zumba-Kurs

Heike Schmitz 02635-1412
Sportabzeichenabnahme

Hermann Schneider 0176-54962150
Fitnessgymnastik Männer

Anna Maria Simmer 02635-4652
Qi Gong
ÜL 1. Lizenzstufe

Marco Zimmermann 0170-4292384
Gerätturnen-Jungen
ÜL 1. Lizenzstufe

CORONA-Zeitplan
Gültig ab 01. Oktober 2020

Zeitplan zum GYMWELT-Programm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16.00 – 17.00 Mädchen/Jungen Kindergartenalter ab 3 Jahre bis 6 Jahre Niklas Bungarten	09.30 - 11.30 Nordic Walking Gabi Biesenbach Ort: <i>Parkplatz Am Tannenbusch/Oelsberg</i>	09.00 - 10.00 Qi Gong Anna Maria Simmer Ort: <i>Pavillion Rheinpark Therme</i>	16.00 - 17.00 Eltern-Kind-Turnen NN	14.30 - 16.00 Mädchen Leistungsturnen Niklas Bungarten
15.45 – 17.30* Mädchenturnen ab 6 Jahre Niklas Bungarten	15.45 – 16.45* Senioreninnen- gymnastik Marlene Kranz	10:00 - 11.00 Nordic Walking Senioren/innen Gabi Biesenbach Ort: <i>Parkplatz Personenfähre</i>	18.00 – 19.00* Fitnessgymnastik Männer Hermann Schneider	15.45 – 16.45* Ballett Kinder 3 bis 7 Jahre Sabine Morys
17.45 – 18.45* Kursangebot	17.00 – 18.45* Jungenturnen ab 7 Jahre Marco Zimmermann	17.00 - 18.00 NN	19.15 – 20.15* Gymnastik für Frauen Claudia Meickmann	17.00 – 17.45* Ballett Kinder ab 8 Jahre Sabine Morys
20.00 – 21.00 Frauengymnastik NN	19.00 - 20.15 Fitnessgymnastik Männer Hermann Schneider	18.00 – 19.00* Step Aerobic Frauen Stephanie Heßler	Ort: <i>Turnhalle Bischof-Stradmann-Straße</i> *Forum	18.00 – 18.45* Video Clip Dancing Kinder & Jugendliche ab 10 Jahre Sabine Morys
Ort: <i>Turnhalle Bischof-Stradmann-Straße</i>	20.15 - 21.15* Kurs – Zumba Kontakt Evi Schmitz Ort: <i>Turnhalle Bischof-Stradmann-Straße</i> *Forum	20.00 – 22.00 NN	*Belegt 16:45-17:45	Ort: <i>Turnhalle Bischof-Stradmann-Straße</i> (Parkplatz gegen-über VR-Bank Rhein-Mosel) *Forum
18.00 - 19.30 Sportabzeichen- abnahme Mai-September Heike Schmitz Ort: <i>Sportplatz Römerwall-Schule</i> *Forum	*Belegt 19:00-20:00	Ort: <i>Turnhalle Bischof-Stradmann-Straße</i> *Forum		*Belegt 19:00-20:30
*Belegt 19:00-20:30		*Belegt 16:45-17:45 *Belegt 19:15-20:45		

Rückengymnastik



Kinderturnen

- was sonst?

Step-Aerobic



Männergymnastik

Nordic Walking



Bauch-Beine-Po



Frauengymnastik