

TV Werther O4 e.V.

PAB ⇔ Sporthalle Gesamtschule - Weststraße
 M1 ⇔ Turnhalle (alt) Grundschule - Mühlenstraße
 M2 ⇔ Turnhalle (neu) Grundschule - Mühlenstraße
 GH ⇔ evangelisches Gemeindehaus

K ⇔ Gymnastik-/ Krafraum Gesamtschule - Weststraße
 EGW ⇔ Turnhalle Gymnasium - Grünstraße
 SP ⇔ Sportplatz - Weststraße
 VP ⇔ Venghausplatz

Badminton		Stefan Sahrhage		☎ 91 89 31	
B01	Kindertraining (auch Anfänger)	8-10 Jahre	freitags 15.30 - 17.00	PAB	Mattis Rothe/Stefan Latteck
		11-13 Jahre	freitags 15.30 - 17.00	PAB	Henry Heuer/Jonathan Lüthje
B02	Kinder u. Jugendliche (auch Anfänger)	10-17 Jahre	montags 16.00 - 17.30	PAB	Henry Heuer
		10-14 Jahre	dienstags 17.00 - 18.30	M2	Emilio Hettig/Johanna Latteck
		14-17 Jahre	freitags 17.00 - 18.30	PAB	Henry Heuer/Amelie Mormann
B03	Jugendmannschaft		freitags 17.00 - 18.30	PAB	Stefan Sahrhage
B04	Mannschaftstraining O19		montags 19.45 - 22.00	PAB	Denise Sahrhage/Stefan Sahrhage
B05	Training O19 (auch Anfänger)		mittwochs 20.30 - 22.00	PAB	Andreas Gerdkamp/Stefan Latteck
B06	Hobby - Erwachsene		freitags 20.00 - 22.00	PAB	Stefan Sahrhage

Judo		Andreas Herschel		☎ 88 45 66	
J01	Schüler (innen) - Anfänger	ab 6 Jahre	montags 17.15 - 18.25	M2	Marc Oberbiermann
	Schüler (innen) - Fortgeschrittene	ab 6 Jahre	montags 17.15 - 18.25	M2	Andreas Herschel
J02	Jugendliche/Erwachsene	Fortgeschrittene	montags 18.25 - 19.40	M2	Andreas Herschel
J03	Schüler(innen) / Jugendliche	ab 6 Jahre	freitags 17.00 - 18.15	M1	Wladimir Miller
		ab 15 Jahre	mittwochs 19.30 - 22.00	M1	Mark Schomaker
JBB	Bujinkan-Budo	ab 12 Jahre	freitags 18.15 - 19.30	M1	Linda Görden
JF	Judo - freies Training	ab 14 Jahre	mittwochs 19.30 - 22.00	M1	

Tischtennis		Andreas Perk		☎ 05225-873696	
T01	Schüler (innen) /Jugendliche		montags 18.30 - 20.30	M1	Ramazan Turhan/Bastian Opfer
	Anfänger / Hobbyspieler	8 - 12 Jahre	donnerstags 16.15 - 18.00	M1	Ramazan Turhan/Bastian Opfer
	Fortgeschrittene / Hobbyspieler	13 - 18 Jahre	donnerstags 18.00 - 20.15	M1	Ramazan Turhan/Bastian Opfer
T02	Herren		montags 19.30 - 22.00	M1	Ramazan Turhan/Bastian Opfer
	Jugendliche / Herren / Hobbyspieler		freitags *19.30 - 22.00	M1	Ramazan Turhan/Bastian Opfer
		*bei Meisterschaftsspielen - Beginn bereits um	freitags *19.20 - 22.00	M1	

Leichtathletik / Walking		Claus-Werner Kreft		☎ 0521-98867514	
<u>Sommertraining (April bis September)</u>					
L01	Leichtathletik für Schüler(innen)	6 - 9 Jahre	montags 16.30 - 18.00	SP	Alexandra Horstmann-Meister
L03	Leichtathletik für Jugendliche	ab 10 Jahre	donnerstags 17.00 - 18.30	SP/K	Alexandra Horstmann-Meister
L02	Leichtathletik für Schüler(innen)	10 - 13 Jahre	freitags 15.30 - 17.00	SP	Ilona Pfeifer
<u>Wintertraining (Oktober bis März)</u>					
L01	Leichtathletik für Schüler (innen)	6 - 9 Jahre	montags 16.15 - 17.15	M2	Alexandra Horstmann-Meister
L02	Leichtathletik für Schüler (innen)	ab 10 Jahre	donnerstags 17:00 - 18:00	K	Alexandra Horstmann-Meister
LT	Lauftreff	Parkplatz - SP Meyerfeld	montags 18.00 - 19.30		Rainer Demoliner
W03	Walking	Parkplatz - Bergfrieden	dienstags 08.30 - 09.30		Hans-W. Heidemann/Hans-W. Grünkemeier
W02	Walking		mittwochs 18.30 - 19.30	nV	Heinrich Heining

Wandern		Dorothea Lieneweg		☎ 88 26 20	
		Elke Grieb		☎ 48 18	

Wanderungen finden in der Regel am ersten Sonntag im Monat statt.

Bitte den Wanderplan beachten !

Radwandergruppen

F01 Sport-Radler/innen mittwochs 09.00 Uhr GH Reinhard Zimmer (Tel. 73 14)

TV Werther 04 e.V.

PAB ⇔ Sporthalle Gesamtschule - Weststraße
 M1 ⇔ Turnhalle (alt) Grundschule - Mühlenstraße
 M2 ⇔ Turnhalle (neu) Grundschule - Mühlenstraße
 GH ⇔ evangelisches Gemeindehaus

K ⇔ Gymnastik-/Krafraum Gesamtschule - Weststraße
 EGW ⇔ Turnhalle Gymnasium - Grünstraße
 JW ⇔ Johanneswerk im Stadtteil Werther - Gartenstr. 15
 HW ⇔ Haus Werther (Konferenzraum) - Schloßstr. 36

Gymnastik - Turnen

Kinder und Jugendliche		Uta Entgelmeier		☎	91 65 20
BF1	Eltern-Kind-Turnen	ab 2,5 Jahre	dienstags 16.15 - 17.15	M1	Martina Kramer
BF2	Kinderturnen	ab 4 Jahre	dienstags 17.15 - 18.15	M1	Martina Kramer
TZ1	Eltern und Kind - Turnzwerge 1	ab 9 Monaten	donnerstags 16.15 - 17.15	M2	Ellen u. Anne Oberrath
TZ2	Eltern und Kind - Turnzwerge 2	ab 1,5 - 3 Jahre	donnerstags 17.15 - 18.15	M2	Ellen u. Anne Oberrath
G01	Gerätturnen, 6 - 8 Jahre		dienstags 15.30 - 17.00	M2	Lea Siebelt
G02	Gerätturnen, 9 - 11 Jahre	9 bis 11 Jahre	dienstags 15.30 - 17.00	M2	Uta Entgelmeier
G03	Gerätturnen, ab 11 Jahre	Oster- bis Herbstferien	freitags 19.30 - 21.30	M1	Nele Bories
G03	Gerätturnen, ab 11 Jahre	Herbst- bis Osterferien	dienstags 20.00 - 21.30	M1	Nele Bories
G04	Wettkampfturnen Anfänger u. Turntigger, ab 6 Jahre		montags 15.15 - 16.30	M1	Uta Entgelmeier/Anouk Steinhoff
G04	Wettkampfturnen Turntigger, ab 6 Jahre		mittwochs 15.15 - 17.00	M2	Uta Entgelmeier
G05	Wettkampfturnen 5. u. 6. Mannschaft AK 7		mittwochs 15.15 - 17.00	M2	Nele Bories
G05	Wettkampfturnen 5. u. 6. Mannschaft AK 7		freitags 15.30 - 17.00	M1	Nele Bories
G06	Wettkampfturnen 3. u. 4. Mannschaft AK 8	montags und mittwochs nach Absprache			Uta Entgelmeier/Nele Bories/Jennifer Reker
G09	Wettkampfturnen 1. u. 2. Mannschaft LK 3+4		montags 16.30 - 18.30	M1	Uta Entgelmeier/Nele Bories
G10	Wettkampfturnen 1. u. 2. Mannschaft LK 3+4		mittwochs 17.00 - 19.30	M2	Insa Bories/Nele Bories/Chiara Potthoff
G07	Zumba für Kids 4-8 Jahre		dienstags 16.00 - 16.45	K	Yvonne Düerkop
G08	Zumba für Kids 9-14 Jahre		dienstags 16.45 - 17.30	K	Yvonne Düerkop
EF1	Einradfahren - Anfänger		samstags 10.45 - 12.00	M1	Mareike Diembeck
EF2	Einradfahren - Fortgeschrittene	Oster- bis Herbstferien	freitags 17.00 - 18.00	M2	Mareike Diembeck
EF2	Einradfahren - Fortgeschrittene		samstags 09.00 - 11.00	M1	Mareike Diembeck

Erwachsene		Sylke Benndorf		☎	88 26 37
G25	Fit im Alter I	ab 65 Jahre	montags 09.00 - 10.00	K	Birgit Jaschkowitz
G25	Fit im Alter I	ab 65 Jahre	mittwochs 09.00 - 10.00	K	Birgit Jaschkowitz
G26	Fit im Alter II	ab 55 Jahre	montags 10.00 - 11.00	K	Birgit Jaschkowitz
G26	Fit im Alter II	ab 55 Jahre	mittwochs 10.00 - 11.00	K	Birgit Jaschkowitz
G99	Fit für 100	ab 70 Jahre	mittwochs 15.00 - 16.00	HW	Birgit Jaschkowitz
RW	Rollator-Walking		mittwochs	HW	Birgit Jaschkowitz
G30	Zumba		montags 19.40 - 20.40	M2	Yvonne Düerkop
G21	Fitnessstraining für Damen		montags 19.00 - 20.00	K	Nicole Bieder
G27	Gymnastik für Landfrauen		montags 20.00 - 21.00	K	Maria Fritsch
G10	Wirbelsäulengymnastik		dienstags 18.00 - 19.00	K	Klaudia Hanschmann
G10	Wirbelsäulengymnastik		dienstags 19.00 - 20.00	K	Klaudia Hanschmann
G10	Wirbelsäulengymnastik		dienstags 20.00 - 21.00	K	Klaudia Hanschmann
G22	Gymnastik für Damen			M2	
G28	Power-Workout für Damen			M2	
G23	Gymnastik/Volleyball (von Oktober bis März)		mittwochs 18.30 - 20.00	EGW	Klaus Kusenberg
G16	Haltung und Bewegung		freitags 09.00 - 10.00	K	Sandra Babbel
G16	Haltung und Bewegung		freitags 10.00 - 11.00	K	Sandra Babbel

Herz-Sport		Dietrich Oberwahrenbrock		☎	34 62
K01	Herz-Sport		dienstags 18.45 - 20.15	M2	Maria Fritsch
K02	Herz-Sport		dienstags 18.45 - 20.15	M1	Alex Horstmann-Meister
K03	Sport für Herz und Kreislauf		donnerstags 16.00 - 17.00	EGW	Maria Fritsch

Reha-Sport		Oxana Schmidt		☎	91 888 96
RKH	Reha-Sportgruppe Knie/Hüfte/Fußgelenk	mit Verordnung	dienstags 08.00 - 09.00	K	Oxana Schmidt
RKH	Reha-Sportgruppe Knie/Hüfte/Fußgelenk	mit Verordnung	donnerstags 09.00 - 10.00	K	Oxana Schmidt
RWM	Reha-Sportgruppe Wirbelsäule	mit Verordnung	dienstags 09.00 - 10.00	K	Oxana Schmidt
RWM	Reha-Sportgruppe Wirbelsäule (f. Ältere Hockerübungen)	mit Verordnung	mittwochs 10.00 - 11.00	Praxis	Oxana Schmidt
RWM	Reha-Sportgruppe Wirbelsäule	mit Verordnung	donnerstags 08.00 - 09.00	K	Oxana Schmidt
RWA	Reha-Sportgruppe Wirbelsäule (Berufstätige)	mit Verordnung	donnerstags 18.00 - 19.00	M2	Oxana Schmidt
RWA	Reha-Sportgruppe Wirbelsäule (Berufstätige)	mit Verordnung	donnerstags 19.00 - 20.00	M2	Oxana Schmidt

TV Werther O4 e.V.

PAB ⇔ Sporthalle Gesamtschule - Weststraße
 M1 ⇔ Turnhalle (alt) Grundschule - Mühlenstraße
 M2 ⇔ Turnhalle (neu) Grundschule - Mühlenstraße
 GH ⇔ evangelisches Gemeindehaus

K ⇔ Gymnastik-/Krafraum Gesamtschule - Weststraße
 EGW ⇔ Turnhalle Gymnasium - Grünstraße
 SP ⇔ Sportplatz - Weststraße
 VP ⇔ Venghausplatz

Handball Sarah Huxohl Sprecherin des Vorstandes ☎ **0176-44433168**

HD 1. Damen		dienstags	20.30 - 22.00	PAB	Sven-Hendrik Janson
H1M 1. Herren		dienstags	19.00 - 20.30	PAB	Nils Uhlig/Christian Bunkenburg
		donnerstags	19.00 - 20.30	PAB	
H2M 2. Herren		donnerstags	20.00 - 22.00	PAB	Christian Bunkenburg
HMM Balljäger Mini-Minis	bis 6 Jahre	mittwochs	16.15 - 17.15	M1	Alexandra Horstmann-Meister/Andre Treiber
HGF F-Jugend (Minis)	bis Jg. 2009	mittwochs	15.30 - 16.45	PAB	Sarah Huxohl/Silas Bartling/Janna Klenke

Trainingszeiten der Handball-Jugendmannschaften unter: www.jsgerwertherborgholzhausen.de

Volleyball/Ballsiele David Rietz ☎ **0178-9177973**

V09 Volleyball - Jungen & Mädchen	Kinder u. Jugendliche	samstags	10.00 - 12.00	PAB	David Rietz
V01 Volleyball Hobby		donnerstags	19.00 - 20.30	EGW	Klaus Kusenberg/Richard Topp
V02 Volleyball Hobby		donnerstags	20.30 - 22.00	EGW	Heidi Hokamp
V03 Volleyball Hobby (Senioren)		freitags	20.00 - 22.00	EGW	Gerhard Herbke
BS2 Ballsiele für Herren		dienstags	20.00 - 22.00	EGW	Gerd Tubbesing
HSH Hobbytruppe/Senioren/Ballsiele		mittwochs	20.00 - 21.30	EGW	Gerd Tubbesing

Kursangebote weitere Infos s. www.tv-werther.de unter Kurse

Cindy Crawford	mittwochs	19.00 - 20.00	FF	Oxana Schmidt
Step & More	donnerstags	20.15 - 21.30	M1	Sylke Benndorf