

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
			freitags	*19.30 - 22.00	M1 Ramazan Turhan/Bastian Opfer
			freitags	*19.20 - 22.00	M1

*bei Meisterschaftsspielen - Beginn bereits um

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 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
 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. Turntiger, ab 6 Jahre		montags 15.15 - 16.30	M1	Uta Entgelmeier/Anouk Steinhoff
G04	Wettkampfturnen Turntiger, 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 Fritzsich
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	Fitnessstraining			M2	
G28	Power-Workout			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				☎	34 62
K01	Herz-Sport		dienstags 18.45 - 20.15	M2	Maria Fritzsich
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 Fritzsich

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-/Kraftraum Gesamtschule - Weststraße
 EGW ⇔ Turnhalle Gymnasium - Grünstraße
 SP ⇔ Sportplatz - Weststraße
 VP ⇔ Venghaussplatz

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	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