



## Sportgemeinschaft Platjenwerbe e.V. Zeitplan für unsere Sportangebote, Stand 01.01.2021

Mo	14.45-16.15 h	11	Kinderturnen I + II, 4 - 6 Jahre	Claudia Rogoski
Mo	16.15-17.00 h	10	Eltern-Kind-Turnen I	Annika Bahr & Annika Mc Kay
Mo	17.00-18.00 h	10	Eltern-Kind-Turnen II	Christin Hauke & Ann-Kathrin Klou
Mo	18.00-19.00 h	41	Fußball, Jugend U10	Finn Lasius
Mo	19.00-20.00 h	32	Gymnastik für Frauen + Männer	Anja Kolweyh
Mo	20.00-21.30 h	21	Power Workout für Alle	Anja Kolweyh
Di	08.10-09.10 h	37	Step-Aerobic	Birgit Borow
Di	09.20-10.20 h	26	Frauengymnastik Fit mit 60 Plus	Silke Fasmers
Di	10.20-12.00 h	10	Turn-Minis	Claudia Gorr
Di	14.00-15.00 h	41	Fußball, Jugend	Finn Lasius
Di	15.00-16.00 h	51	Leichtathletik, Kinder 6-8 Jahre	Sebastian Schmitz
Di	16.00-17.00 h	51	Leichtathletik Zusatztraining ab 10 J.	Simone Conrad
Di	17.00-18.00 h	03	Gymnastik für ältere Frauen	Anja Kolweyh
Di	18.00-19.00 h	28	Rückengymnastik, Frauen + Männer	Anja Kolweyh
Di	19.00-20.00 h	33	BBP für Frauen	Jana Rudat
Mi	14.30-16.30 h	02	RSG, Minis	Caterina Czalnik
Mi	16.45-18.45 h	17	Herzsport I + II, Frauen + Männer	Anja Brand & Anja Carstens
Mi	18.45-19.45 h	39	Kurs-Angebot - Yogilates	Dörthe Buer
Mi	19.45-22.00 h	08	Tischtennis, Erwachsene	Claus-Hermann Struckhoff
Do	09.10-10.10 h	16	Frauengymnastik Fit am Morgen	Anja Kolweyh
Do	10.30-12.00 h		Kurs-Angebot Nordic Walking	Anja Kolweyh
Do	10.45-13.15 h		Kurs-Angebot Rücken-Aktiv	Anja Kolweyh
Do	15.00-16.15 h	51	Leichtathletik 8-11 Jahre	Simone Conrad
Do	16.15-19.00 h	02	RSG	Sabrina Tietjen
Do	19.15-20.30 h	51	Leichtathletik 12+ Jahre	Marcel Polle
Do	20.00-21.00 h	40	Outdoor Power Workout	Anja Kolweyh
Fr	14.30-16.00 h	14	Männerymnastik + Faustball, Sen.	Peter Terstiege
Fr	16.00-17.00 h	41	Fußball, Jugend U10 <sup>1)</sup>	Volker Wilsmann
Fr	17.00-19.00 h	41	Fußball, Jugend U11 <sup>1)</sup>	Volker Wilsmann
Fr	19.00-20.30 h	12	Ehepaarturnen	Michael Buchwald
Fr	20.30-22.00 h	25	Volleyball, Männer	Ralf Utermöhle
Sa	10.00-15.00 h	02	RSG, Einteilung nach Plan <sup>2)</sup>	Sabrina Tietjen
Sa	15.00-17.00 h	41	Fußball, Jugend <sup>2)</sup>	Volker Wilsmann
So	10.00-15.00 h	02	Hip-Hop <sup>2)</sup>	Julia Schubert
<b>Außerhalb</b>				
Mo	18.45-20.00 h	20	Faustball, Moormannskamp (MMK)	Wilhelm Bruns
Di	17.30 h	30	Lauftreff	Gerhard Hoppe
Di	17.30-18.30 h	05	Leichtathletik / Sportabzeichentreff	Wilhelm Bruns
Mi	16.30-19.30 h	02	Hip-Hop, DGH	Julia Schubert
Mi	18.00-20.00 h	02	RSG, MMK	Sabrina Tietjen
Do	16.30-18.00 h	36	Präv. Wirbelsäulengymnastik, DGH	Kathrin Futh
Do	17.30-19.00 h	51	Leichtathletik 12+ J. MMK./Sommer	Marcel Polle
Do	18.30-20.30 h	02	Hip-Hop, DGH	Julia Schubert
Siehe Extra-Plan		23	Fußball, Herren, Moormannskamp	Olaf Wendorff
Siehe Extra-Plan		41	Fußball, Jugend, Moormannskamp	Finn Lasius
Siehe Extra-Plan		35	Radfahren	Wilhelm Bruns
Siehe Extra-Plan		29	Wandern	Berend Bruns

**Alle Übungsleiter sind unter [VORNAME.NACHNAME@sgplatjenwerbe.de](mailto:VORNAME.NACHNAME@sgplatjenwerbe.de) erreichbar.**

<sup>1)</sup> In den Sommermonaten statt Fußball RSG-Training <sup>2)</sup> Findet nur statt, wenn die Halle nicht für Punktspiele oder Vereinsveranstaltungen benötigt