



# Sportgemeinschaft Platjenwerbe e.V.

## Zeitplan für unsere Sportangebote, Stand 01.01.2023

Mo	15.15-16.15 h	11	Kinderturnen 4 - 6 Jahre	Annika Mc Kay & Tanja Frerichs
Mo	16.15-17.15 h	10	Eltern-Kind-Turnen I	Lena Schulenburg & Katharina Fricke
Mo	17.15-18.15 h	10	Eltern-Kind-Turnen II	Annika Ziegler & Tanja Frerichs
Mo	18.30-19.30 h	43	BodyFit für Alle	Silvia Borresch
Mo	19.30-20.30 h	21	Power Workout für Alle / z.Z. Outdoor	Anja Kolweyh
Di	09.20-10.20 h	26	Frauengymnastik Fit mit 60 Plus, DGH	Anja Carstens
Di	14.00-15.00 h	41	Fußball, Jugend	Volker Wilsmann
Di	15.00-16.00 h	51	Leichtathletik, Kinder 6-8 Jahre	Silvia Borresch
Di	16.00-17.00 h	51	Leichtathletik, Kinder ab 9 Jahre	Sebastian Schmitz
Di	17.00-18.00 h	03	Gymnastik für ältere Frauen	Anja Brand
Di	18.00-19.00 h	28	Rückengymnastik, Frauen + Männer	Anja Kolweyh
Di	19.00-20.00 h	33	BBP für Frauen	Jana Rudat
Di	20.00-21.30 h	42	Männer Fitness Ü40	Dörthe Buer
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, DGH	Silvia Borresch
Do	15.00-16.45 h	41	Fußball	Volker Wilsmann
Do	16.45-19.00 h	02	RSG	Sabrina Tietjen
Do	19.00-20.00 h	40	Outdoor Power Workout	Anja Kolweyh
Do	19.00-20.30 h	51	Leichtathletik	Sebastian Schmitz
Fr	15.30-17.00 h	14	Männergymnastik + Faustball, Sen.	Peter Terstiege & Irene Reuter
Fr	17.00-19.00 h	02	RSG	Sabrina Tietjen
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 Brockmann
So	15.00-17.00 h	40	Volleyball Jugend	Silke Fasmers
<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 Brockmann
Mi	18.00-20.00 h	02	RSG, MMK	Sabrina Tietjen
Do	16.30-18.00 h	36	Präv. Wirbelsäulengymnastik, DGH	Kathrin Futh
Do	15.30-18.30 h	02	RSG, Stendorf	Sabrina Tietjen
Do	18.30-20.30 h	02	Hip-Hop, DGH	Julia Brockmann
Siehe Extra-Plan		23	Fußball Herren, Riesstraße	Kay Edmüller
Siehe Extra-Plan		41	Fußball Jugend, Schulstraße	Volker Wilsmann
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