

INFO für die Übungsleiter: Änderungen bitte an folgende E-Mail Adresse: [uphammtv@go4more.de](mailto:uphammtv@go4more.de)

Wo.-tag	Sportart	Uhrzeit	Alter	Übungsleiter	Telefon	Ort
<b>* = Teilnahme nur nach telefonischer Absprache mit dem/r Übungsleiter/-in</b>						
<b>Mo</b>	Sitzgymnastik I für Senioren* ( <u>voll belegt</u> )	9:30 – 10:30	70+	Gudi Gerhard	905270	8
	Sitzgymnastik II für Senioren*	10:45 – 11:45	70+	Gudi Gerhard	905270	8
	Eltern-Kind-Turnen ( <u>voll belegt</u> )*	16:00 – 17:30	1-4	Denise Dasbeck	017680589426	1
	Seepferdchen*	16:30 – 18:30	4-6	Karl-Heinz Junker	401244	5
	Frauengymnastik	18:30 – 20:00	18+	Andrea Rogge	3053919	1
	Fit-Mix für Frauen	20:00 – 22:00	15+	Gudi Gerhard	905270	1
<b>Di</b>	Kleinkinderturnen	15:00 – 16:30	4-6	Lisa Eickmann	015736564865	1
	Trampolin Kids	16:30 – 18:00	6 - 10	Alina Horstmann	015906245770	1
	Badminton	18:00 – 20:00	18+	Kai Oberfeuer	490964	1
	Walking/ Nordic Walking	18:00 – 19:00	ab 20	Wolfgang Damerau	400075	6
	Fit-Mix für Männer	20:00 - 22:00	ab 20	Gudi Gerhard	905270	1
	Classic-/ Modern-/ Jazzdance	20.00 – 22.00	ab 18	Manuela Tscherning	01754251695	7
<b>Mi</b>	Aerobic/ BOP	17:30 – 18:30	16+	Andrea Rogge	3053919	1
	Tischtennis	18:30 – 20:00	12+	Karl-Heinz Pothoff	015752014453	1
	Männersport 1	20:00 – 22:00	18+	Helge Drees-Ollmann	02383922922	1
	Schwimmanfänger/ Seepferdchen*	16:30 – 17:00	2-4	Karl-Heinz Junker	401244	2
		17:00 – 17:30	2-4	Karl-Heinz Junker	401244	2
		17:30 – 18:00	4-6	Karl-Heinz Junker	401244	2
		18:00 – 18:30	4-6	Karl-Heinz Junker	401244	2
	Wassergymnastik*	18:30 – 19:30	18+	Manuela Tscherning	01754251695	2
	Wassergymnastik*	19:30 – 20:30	18+	Manuela Tscherning	01754251695	2
	Tänze der Zeit für Senioren	16:00 – 17:30		Manuela Tscherning	01754251695	1
<b>Do</b>	Walking/ Nordic Walking	8:30 – 9:45	ab 20	Manuela Tscherning	01754251695	6
	Trampolin Juniors	16:30 - 18:30	Ab 9	Alina Horstmann	015906245770	1
	Sport mal anders	ab 19:00	60+	Wilfried Lehbrink	992094	
	Pilates	18:30 - 20:00	18+	Manuela Tscherning	01754251695	1
	Ballsport	20:00 – 22:00	18+	Otmar Stadie	02508999347	3/ 7
<b>Fr</b>	Walking/ Nordic Walking	8:30 – 9:45	ab 20	Manuela Tscherning	01754251695	6
	Seniorenturnen	15:30 - 17:00	60+	Karl-Heinz Junker	401244	1
	Tanzen für Kids	17:00 – 18:00	6-10	Lisa Eickmann	015736564865	1
	Trampolin - Jugend	18:00 – 22:00	12-25	Alina Horstmann	015906245770	1
	Standard/ Lateinamerikanischer Tanz	20:00 – 22:00		Manuela Tscherning	01754251695	2
<b>So</b>	Wandergruppe (jeden 3. So im Monat)	10:00 – 18:00	6-99	Ulrich Pfitzner	401783	

weitere Infos  
[www.turnverein-wiescherhöfen.de/](http://www.turnverein-wiescherhöfen.de/)

- 1 Turnhalle der Selmigerheideschule
- 2 Schwimm-/ Gymnastikhalle der Freien Waldorfschule
- 3 Sportplatz Drechen
- 4 Turnhalle der Kopernikusschule
- 5 Lehrschwimmbecken der Wilhelm-Busch-Schule
- 6 Parkplatz Selbachpark
- 7 Turnhalle der Schillerschule
- 8 Gemeindehaus Friedenskirche, Weetfelder Str. 104

Geschäftsstelle:  
Helge Drees-Ollmann  
Weetfelder Str. 170, 59077 Hamm  
02383/922922  
Kassenwart:  
Jörg Grolla  
Sportliche Leitung:  
Manuela Tscherning

