



Wochentag	Uhrzeit	Sportangebot	Sportstätte / Treffpunkt	Übungsleiter / Ansprechpartner
Montag	9.00 – 10.30 Uhr	Kundalini-Yoga	Hus för Dörp un Lü*	Magda Marken Tel. 04405 5370
	15.45 - 16.45 Uhr	Eltern-Kind-Turnen Kinder 0 - 4 Jahre	Turnhalle Osterscheps*	Marion Meinen Tel. 04405 4503
	17.00 - 19.00 Uhr	Tischtennis Jugendliche 10 - 15 Jahre	Turnhalle Osterscheps*	Antje Horn Tel. 04405 917034
	19.00 Uhr	Nordic-Walking	Vereinsheim Osterscheps*	NN
Dienstag	9.30 – 11.00 Uhr 14-tägig	Tanzen	Vereinsheim Osterscheps*	Magda Marken
	19.00 - 20.00 Uhr	Fitnessgymnastik Frauen	Turnhalle Osterscheps*	Anne Kahlen Tel. 04405 8781
	20.10 - 21.10 Uhr	Gesundheitssport		
Mittwoch	10.00 – 11.00 Uhr 14-tägig	Seniorenport	Hus för Dörp un Lü*	Magda Marken
	15.00 - 16.00 Uhr 16.00 - 17.00 Uhr	Kinder-Turnen 6 - 10 Jahre 3 - 6 Jahre	Turnhalle Osterscheps*	Antje Horn
	18.30 - 19.30 Uhr	Frauen Gymnastik	Turnhalle Osterscheps*	Anne Blendermann Tel. 04407 1772
	19.30 - 20.30 Uhr	Fitness für Männer		
	20.00 - 22.00 Uhr	Badminton just for fun	Turnhalle Göhlenweg Edeweicht*	Birgit Kaptein Tel. 04405 6061
	18.00 - 20.00 Uhr 20.00 - 21.00 Uhr	Spielmannszug Kinder, Jugendliche Erwachsene	Vereinsheim Osterscheps*	Ute Krüger Jan-Dieter Meinen Tel. 04405 4503
Freitag	18.00 - 19.00 Uhr	Step-Aerobic	Turnhalle Osterscheps*	Ina Feldhus Tel. 04405 4531
Samstag	13.30 Uhr jeden letzten Samstag im Monat von März bis Oktober	Fahrradtour	Hus för Dörp un Lü*	Dörte Sieger Tel. 04405 4517 Hilde Logemann Tel. 04405 5317 Sonja Sepaniak Tel. 04404 49854
	13.30 Uhr jeden letzten Samstag im Monat November, Januar und Februar	Wandern		