

Sport und Musik, alle Angebote im Überblick

Wochentag	Uhrzeit	Sportangebot	Sportstätte / Treffpunkt	Übungsleiter / Ansprechpartner
Montag	9.00 - 10.30 Uhr	Kundalini-Yoga	Vereinsheim Osterscheps*	Magda Marken Tel. 04405 5370
	10.00 - 11.00 Uhr (auch in d. Ferien)	Mama fit - Baby mit	Dorfplatz, Zur Schule	Gesa Pistor Tel. 04405 929682
	15.45 - 16.45 Uhr	Eltern-Kind-Turnen Kinder 0 - 4 Jahre	Turnhalle Osterscheps*	Marion Meinen Tel. 04405 4503
	17.15 - 18.45 Uhr	Hatha-Yoga Kurs 10 x (befristet) siehe Info**	Turnhalle Osterscheps*	Renate Blokker Tel. 04497 921010 Claudia Mönnich Tel. 0441 99848888
	ab 19.00 Uhr	Nordic-Walking	Vereinsheim Osterscheps*	Renate Blokker Tel. 04497 921010
Dienstag	9.30 - 11.00 Uhr	Tanzen	Vereinsheim Osterscheps*	Magda Marken Tel. 04405 5370
	19.00 - 20.00 Uhr	Fitnessgymnastik Frauen	Turnhalle Osterscheps*	Anne Kahlen Tel. 04405 8781
	20.10 - 21.10 Uhr	Gesundheitssport	Turnhalle Osterscheps*	
	18.00 - 20.00 Uhr 20.00 - 21.00 Uhr	Spielmannszug Kinder, Jugendliche Erwachsene	Vereinsheim Osterscheps*	Ute Krüger Jan-Dieter Meinen Tel. 04405 4503
Mittwoch	18.30 - 19.30 Uhr	Frauen Gymnastik	Turnhalle Osterscheps*	Anne Blendermann Tel. 04407 1772
	19.30 - 20.30 Uhr	Fitness für Männer	Turnhalle Osterscheps*	
	20.00 - 22.00 Uhr	Badminton	Turnhalle Göhlenweg Edeweicht*	Birgit Kaptein Tel. 04405 6061
Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr 16.00 - 17.00 Uhr	Kinder-Turnen 6 - 10 Jahre 3 - 6 Jahre	Turnhalle Osterscheps*	Antje Horn Tel. 04405 917034
	ab 19.00 Uhr (helle Jahreszeit, auch in Ferien)	Walk-n-talk, Lopen un schnacken	Vereinsheim Osterscheps*	Renate Blokker Tel. 04497 921010 Sonja Sepaniak Tel. 04404 49854
Freitag	17.00 - 17.45 Uhr	Stretch & Relax	Turnhalle Osterscheps*	Ina Feldhus Tel. 04405 4531
	18.00 - 19.00 Uhr	Step-Aerobic	Turnhalle Osterscheps*	
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	Hus för Dörp un Lü*	Hilde Logemann Tel. 04405 5317 Sonja Sepaniak Tel. 04404 49854
				* Adressen siehe Website Sportstätten
				** www.tv-eiche-osterscheps.de