



## TV 06 Bad Niederbreisig e.V.: Wochenübungsstunden

Gütesiegel: „DTB Pluspunkt + Sportsiegel“ mehrfach

Zertifikat: „Seniorenfreundlicher Sportverein“

[www.turnverein-badbreisig.de](http://www.turnverein-badbreisig.de)

|           |   |           |                   |   |
|-----------|---|-----------|-------------------|---|
| <b>Mo</b> | <b>Yoga (für Erwachsene)</b>                    | 1. Gruppe | 17.30 – 18.30 Uhr | <i>Haus der Begegnung</i>                 |
|           | <b>(Warteliste!)</b>                            | 2. Gruppe | 18.45 – 19.45 Uhr | -"  |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Adarsh Rai</u>            |           |                   |   |
|           | <b>→ Rückenfitness</b>                          |           | 18.30 - 19.30 Uhr | Lindenschule → Auszeichnung DTB-Pluspunkt |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Martina Heuser</u>        |           |                   |   |
|           | <b>Aerobic/Bauch-Beine-Po</b>                   |           | 19.30 – 21.00 Uhr | Lindenschule                              |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Dagmar Martini-Castor</u> |           |                   |   |

|           |   |           |                   |              |
|-----------|---|-----------|-------------------|--------------|
| <b>Di</b> | <b>Kinderturnen</b> (5-7 Jahre)           | 1. Gruppe | 16.00 - 17.00 Uhr | Lindenschule |
|           | <b>Kinderturnen</b> (5-7 Jahre)           | 2. Gruppe | 17.00 - 18.00 Uhr | Lindenschule |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Katharina Münch</u> |           |                   |              |

|           |  |           |                   |   |
|-----------|--|-----------|-------------------|---|
| <b>Mi</b> | <b>Kinderturnen</b> (3-5 Jahre)                | 1. Gruppe | 16.00 - 17.00 Uhr | Lindenschule  |
|           | <b>Kinderturnen</b> (3-5 Jahre)                | 2. Gruppe | 17.00 - 18.00 Uhr | Lindenschule  |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Sophie Nonn</u>          |           |                   |   |
|           | <b>Eltern-Kind-Turnen</b> (1,5-2,5 Jahre)      |           | 16.00 - 17.00 Uhr | Lindenschule  |
|           | <b>Eltern-Kind-Turnen</b> (2,5-3,5 Jahre)      |           | 17.00 - 18.00 Uhr | Lindenschule  |
|           | Ansprechpartner: <u>Sebastian Knieschewski</u> |           |                   |   |
|           | <b>Gymnastik Damen</b>                         |           | 19.00 - 20.00 Uhr | Lindenschule  |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Manuela Spegt</u>        |           |                   |   |
|           | <b>→ Wirbelsäulengymnastik</b>                 |           | 20.00 - 21.15 Uhr | Lindenschule → Auszeichnung DTB-Pluspunkt + Sportsiegel |
|           | <b>Rückenschule+Entspannungstraining</b>       |           |                   |   |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Rosi Kull</u>            |           |                   |   |

|           |   |           |                   |   |
|-----------|---|-----------|-------------------|---|
| <b>Do</b> | <b>→ Gymnastik Senioren</b>                 |           | 15.00 - 16.00 Uhr | Lindenschule → Auszeichnung DTB-Pluspunkt |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Maria Winterhagen</u> |           |                   |   |
|           | <b>Kinderturnen</b> (ab 7 Jahre)            | 1. Gruppe | 16.00 - 17.00 Uhr | Lindenschule                              |
|           | <b>Kinderturnen</b> (ab 7 Jahre)            | 2. Gruppe | 17.00 - 18.00 Uhr | Lindenschule                              |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Katharina Münch</u>   |           |                   |   |
|           | <b>Kreativer Kindertanz</b> (ca. 4 -7 J.)   |           | 16.00 - 17.00 Uhr | <i>Haus der Begegnung</i>                 |
|           | <b>Dance Fitness</b> (ab 15 J.)             |           | 19.30 – 20.30 Uhr | <i>Haus der Begegnung</i>                 |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Kerstin Kübler</u>    |           |                   |   |

|           |                                      |  |                   |              |
|-----------|--------------------------------------|--|-------------------|--------------|
| <b>Fr</b> | <b>Judo für Kinder</b>               |  | 15.00 – 16.30 Uhr | Lindenschule |
|           | Ansprechpartnerin: <u>Adarsh Rai</u> |  |                   |              |

|   |                           |                          |                        |
|---|---------------------------|--------------------------|------------------------|
| <b>ÜL/<br/>Ansprech-<br/>Partner*in</b> | <b>Raimund Schmidgen,</b> | <b>Tel: 97688</b>        | <b>1. Vorsitzender</b> |
|   | <b>Kull, Rosi</b>         | <b>Tel: 95954</b>        |                        |
|   | <b>Münch, Katharina</b>   | <b>Tel: 0178 5101618</b> | <b>Oberturnwartin</b>  |
|   | Arf, Frauke               | Tel: 0163 601 6333       |                        |
|   | Heer, Rosa                | Tel: 0157 7379 5806      |                        |
|   | Hegemann, Susan           | Tel: 0151 2222 9434      |                        |
|   | Herter, Laura             | Tel: 9128                |                        |
|   | Heuser, Martina           | Tel: 8655                |                        |
|   | Knieschewski, Sebastian   | Tel: 0162 133 1612       |                        |
|   | Kraus, Maren              | Tel: 0177 876 0877       |                        |
|   | Kübler, Kerstin           | Tel: 473078              |                        |
|   | Martini-Castor, Dagmar    | Tel: 96658               |                        |
|   | Nonn, Sophie              | Tel: 95030               |                        |
|   | Rai, Adarsh               | Tel: 97810               |                        |
|   | Shamisdin, Maria          | Tel: 0174 738 4273       |                        |
|   | Spegt, Manuela            | Tel: 9116                |                        |
| Winterhagen, Maria                      | Tel: 9940                 |                          |                        |

- ▶ Bei Fragen zur Mitgliedschaft oder zu Beiträgen bitte wenden an Gitta Neusser Tel. 95696
- ▶ Email: [info@turnverein-badbreisig.de](mailto:info@turnverein-badbreisig.de)
- ▶ Webseite: [www.turnverein-badbreisig.de](http://www.turnverein-badbreisig.de)