

Sportprogramm des TSV Holßel im DGH

Montag:

16.00-17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen für 1-3jährige mit Nadine de Buhr

17.15-18.15 Uhr Zumba mit Svenja Körner

19.00-20.00 Uhr Bauch, Beine, Po mit Kirstin Haesche

Dienstag:

17.30-18.30 Uhr Bellicon Jumping Fitness mit Kirstin und Claudia

19.30-22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene mit Hermann Döscher

Mittwoch:

16.20-17.20 Uhr KSD ab 5 Jahre mit Marco Reske (wegen Corona derzeit nicht möglich)

17.30-18.45 Uhr Herzsport und

18.45-19.45 Uhr Sport für SeniorenInnen mit Carmen Junge

19.45-20.45 Uhr Bauch-Beine-Po mit Kathi Engelmann

Donnerstag:

15:15-16:00 Uhr Kindersport ca. 4-6 Jahre mit Xenia Gatz (ab 29.10.2020)

16:15-17:15 Uhr Kindersport für Grundschulalter mit Xenia Gatz (ab 29.10.2020)

17:30-18:30 Uhr Sport für 11-16jährige mit Lydia Bültmann

19.00-20.00 Uhr Rehasport und

20.00-21.00 Uhr Er und Sie Sport mit Carmen Junge

Freitag:

19.30-22.00 Uhr Tischtennis Erwachsene mit Hermann Döscher

Samstag:

15:00 – 15:45 Uhr Kinderyoga mit Olha Pospiech (ab 10.10.2020)

16:00 – 17:15 Uhr Vinyasa-Yoga für Erwachsene (ab 10.10.2020)

Zusätzlich im Angebot:

Karate von Montag-Freitag im Dojo Geestemünde, Trainer Hans Walter 0176 41750183

Fußball von den „Bambinis“ bis zu den „alten Herren“,
Ansprechpartner Holger Dröge 01522 2525041

Ansprechpartner

Carmen Junge 04742 1662

Kirstin Haesche 0174 9723496

Nadine de Buhr 0176 57839615

Svenja Körner 0175 4886411

Kathi Engelmann 0172 9495212

Lydia Bültmann 0174 9403674

Hermann Döscher 01511 750696

Olha Pospiech 0176 38130012