



TuS Oberbrügge 1870 e.V.

Trainingsplan 2016

Stand: Januar 2017

Montag

Uhrzeit	Übungsstunde	Übungsleiter Ansprechpartner	Telefon-Nr.
15.30 - 16.30	Gymnastik für Seniorinnen und Senioren	Kerstin Neise	02353 6698834
16.30 - 17.30	Eltern-und-Kind-Turnen	Miriam Bromme	0171 8390112
20.00 - 22.00	Volleyball	Ilka Werkshagen Carmen Kruse	0175 6679088 01520 2079710

Dienstag

Uhrzeit	Übungsstunde	Übungsleiter Ansprechpartner	Telefon-Nr.
09:00 - 09:45	REHA-Sport	Kerstin Neise	02353 6698834
15.00 - 16.00	Kinderturnen 6-10 Jahre	Sandra Schäfer	02353 604082
17.15 - 18.15	Fit und aktiv 60 plus	Gertrud Vor	02351 40698
		Elfriede Steinhauer	02351 79056
18.30 - 20.15	Gymnastik und Volleyball für Herren ab 30 Jahre	Gerd Kleine	02351 7305
20.15 - 22.00	Bodyforming Konditionsgymnastik für Frauen	Beate Engstfeld	02351 79824

Mittwoch

Uhrzeit	Übungsstunde	Übungsleiter Ansprechpartner	Telefon-Nr.
16.30 - 17.30	Kinderturnen 3 - 6 Jahre	Miriam Bromme	0171 8390112
18.00 - 19.45	Parcours	Moritz Hein	0157 88863454
20.00 - 22.00	Funktions- Konditionsgymnastik für Frauen	Christos Mourtikoutis Elke Stroh	02353 5469

Donnerstag

Uhrzeit	Übungsstunde	Übungsleiter Ansprechpartner	Telefon-Nr.
15.00 - 16.15	Jungen Mädchen 6 - 9 Jahre Leichtathletik	Dagmar Kirschey	02353 13364
		Silvia Hamel	02353 4520
17.00 - 18.30	Jungen Mädchen ab 10 Jahre Leichtathletik	Alexandra Uellenberg	02353 3852
		Jennifer Hamel	0157 89250141
20:00 - 20:45	REHA-Sport	Kerstin Neise	02353 6698834

Freitag

Uhrzeit	Übungsstunde	Übungsleiter Ansprechpartner	Telefon-Nr.
18.00 - 19.45	Tischtennis jedermann	Maik Möritz	02352 336755
20:00 - 21:00	diverse Kurse nach vorheriger Ankündigung unter: www.tus-oberbruegge.de	Kerstin Neise	02353 6698834
	Zuständigkeit	Ansprechpartner	Telefon-Nr.
	Sportliche Fragen	Kerstin Neise	02353 6698834
	Kinderturnwartin	Miriam Bromme	0171 8390112
	Schäden und Unfälle	Heinz Hugo Voerster	02351/7257