

## Turnabteilung - Sportangebot nach den Sommerferien ab 27.08.2020

**X = bis auf weiteres kein Training**

**X = Training findet unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln statt**

**X = Training wird unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln nach draußen verlagert**

<b>Kinder</b>					ÜL
Eltern-Kind-Turnen bis 3 J.	X	Mittwoch	15.30 - 16.45	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Jutta Kochskämper
Kinderturnen 4-6 J. <b>ab 27.10.20</b>	X	Dienstag	15.45 - 16.45	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Christa Janßen
Kinderturnen 7-9 J.	X	Mittwoch	17.00 - 18.30	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Andrea Otten
<b>Erwachsene</b>					
Aero-Dance/Step-Aerobic	X	Montag	19.00 - 20.00	je nach Wetterlage Training draußen	Yvonne Spauka
Zumba	X	Mittwoch	19.00 - 20.00	je nach Wetterlage Training draußen oder Sporthalle Plaggenkrugstr.	Melanie Stelter
Fit-Mix für Frauen	X	Montag	20.00 - 21.00	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Martina Ammermann
Damenturnen Mo	X	Montag	20.00 - 22.00	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Sieglinde Riewe
Damenturnen Do	X	Donnerstag	20.00 - 21.30	Sporthalle Riesweg	Y. Schnackenberg + P. Laubenstein
Fit und Aktiv Radfahrgruppe Nov.-Apr	X	Dienstag 14-tg. wandern statt radfahren	14.00 - 17.30  13.00 - 17.00	Varel, Windallee, Waldeingang  Parkpl. b. Tivoli Varel	Erich Ohsenbrügge
Seniorenturnen	X	Donnerstag	15.30 - 16.30	Sporthalle Plaggenkrugstr.	Edith Rinne
Walking/Nordic Walking	X X	Dienstag Donnerstag	8.30 - 9.45 8.30 - 9.45	Parkplatz Sporth. Plaggenkr. Parkplatz Sporth. Plaggenkr.	Ute Eilers
Yoga	X X X	Montag Dienstag Freitag	15:30 - 17:00 15:30 - 17:00 19.30 - 20.30	Sporthalle Riesweg Sporthalle Riesweg Gymn.halle Rodenk. Str.,Varel	Annette Siebrecht Hildegard Sandgaard Martina Ammermann
Pilates	X	Dienstag	9.00 - 10.00	Gymn.halle Rodenk. Str.,Varel	Jutta Kochskämper
<b>Funktionsgymnastik</b>					
Funktionsgymnastik <b>ab 05.10.20</b>	X	Montag	19:00 - 20:00	Sporthalle Riesweg	Katja Schimansky
Frauengruppe Di. <b>ab 15.09.20</b>	X	Dienstag	20:00 - 22:00	Grundsch. Osterstr., Varel	Edda Koch
Sie und Er um 50 <b>ab 18.09.20</b>	X	Freitag	18:00 - 19:00	Sporthalle Grundschule Schlossplatz, Varel	Edda Koch
<b>Gesundheits-sport</b>					
Herzsport - ohne Rezept	X	Mittwoch	16.00 - 17.00	Sporth. Pestalozzischule, Varel	Ute Wilken (zzt. ÜL Vertretung)

Herzsport - mit Rezept - Hockergruppe - Übungsgruppe - Trainingsgruppe	X	Mittwoch	17:00 - 18:00	Sporthalle Pestalozzischule Varel	Dr. Warns Marlene Schröder Martina Geisthard Carmen Köster
	X	Mittwoch	17.00 - 18.00		
	X	Mittwoch	18.00 - 19.00		
Gesundheitssportgr. o. Rez	X	Mittwoch	19.00 - 20.00	Sporthalle Pestalozzischule, Varel	Inse Wiechmann
Diabetessportgruppe	X	Montag	17.00 - 18.00	Sporthalle Grundschule Osterstr. Varel	Marlene Schröder