

### SV Siek Hallenbelegung M ZH Siek

Stand: November 2020

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09.00 Uhr						
09.30 Uhr	extern			Bauch, Beine, Po		
10.00 Uhr			Eltern-Kind-Turnen		im Winterhalbj.: Jugend n. Absprache	im Winterhalbj.: Jugend n. Absprache
10.30 Uhr	Kindergarten	DRK		extern		
11.00 Uhr				Kindergarten		
11.30 Uhr	Pilates am Vormittag		VHS Großhansdorf Flex for Woman 50-70 Jahre			
12.00 Uhr	VHS Großhansdorf		VHS Großhansdorf Flex for Man 50-70 Jahre			
12.30 Uhr	Rücken-Faszien-Fit					
13.00 Uhr	VHS Großhansdorf					
13.30 Uhr						
14.00 Uhr		Funktionelle Gymnastik für Männer, VHS Großh		im Winterhalbj.: Fußball-Jugend 14.45-16.00 G-Jugend		
14.30 Uhr						
15.00 Uhr				16.00-17.00 F-Jugend		
15.30 Uhr			Eltern-Kind-Turnen			
16.00 Uhr	Kinderturnen "Turnzwerge" 3-4 Jahre	Kinderturnen "Powerkids" 4-6 Jahre	"Die Fit Kids" 6-10 Jahre			
16.00 Uhr						
16.30 Uhr						
16.30 Uhr						
17.00 Uhr		Badminton Jugend				
17.00 Uhr			im Winterhalbj. Fußball-Jugend E-Jugend 17.00-18.00			
17.30 Uhr						
17.30 Uhr			im Winterhalbj. Fußball-Jugend D-Jugend 18.00-19.15			
18.00 Uhr						
18.00 Uhr						
18.15 Uhr						
18.15 Uhr						
18.30 Uhr						
18.30 Uhr						
19.00 Uhr	Power Aerobic Step Aerobic					
19.00 Uhr						
19.30 Uhr						
19.30 Uhr						
20.00 Uhr	Gymnastik		Rücken (19.00-20.00) (19.30-20.30) Bauch, Beine, Po (20.15-21.15)			
20.00 Uhr						
20.30 Uhr			Frühj. u. Herbst			
20.30 Uhr						
20.30 Uhr			im Winterhalbjahr: Alt-Senioren			
21.00 Uhr	Männerfit					
21.30 Uhr						
22.00 Uhr						

EvB: 20.15 - 22.00 Volleyball	große Halle Großhansdorf 18.00 - 22.00	Grundschule Wöhrendamm 14.30-16.00
	Karate Kinder/Jugend/Erw.	Kinderbasketball 8-11 Jahre

Ansprechpartner:			
1. Vorsitzender SVS:	Klaus Unger, 04107-908899	2. Vorsitzender SVS:	Thomas Hansen-Siedler, 01716204708
Kinderturnen	Anja Bütow, 04107 - 9984	Tischtennis:	Massi Habib, 017670528895
Turnen	Carmen Bredenka 04107- 7518	Fussball	Benjamin Mentz, 01732947668
Fit am Vormitt., BBP:	France Miltsch, 04107-850521	Volleyball:	
Power/Step Aerobic	Tanja Annen, 04107-851880	Alt - Senioren	Carsten Diercks, 04107-5377
Gymnastik:	Karin Uhlenberg, 04107-7469	Basketball:	Bernd Himmer, 04107-9726
Männerfit	Freia Griephan-Klimpki 04107-7550	Karate:	Alexander Radmacher, 01739954043
Badminton Jugend	Markus Hölzinger, 0179-1022210		
Badminton Erw.	Erik Böhme, 04107 - 8774551		