

Sportart	Zielgruppe	Tag	Zeit	Ort	Übungsleitung
Fitness	Frauen	MO	19:00 - 20:00	GRQ	Steffi Becker
	NEU Bodystyling	MO	20:00 - 21:00	GRQ	Maike Trampe
	Zumba	MO	18:30 - 19:30	HDS	Britta Unfried
	NEU ab 16.10. Fitness für Jedermann	DI	11:00 - 12:00	HDS	Sieglinde Krone
	Power Fitness, gemischt	DI	17:30 - 18:30	GRQ	Julia Hermsmeyer
	2 x Fit und Faszien	DI	17:30 - 19:30	HDS	Andrea Kraudelt
	Pezzi Drums 1 x im Monat	DI	19:30 - 20:15	HDS	Hartmut Ritter
	Frauen	MI	09:00 - 10:00	GRQ	Regine H.-Model
	Bauch, Beine, Po, Arme	MI	20:00 - 21:00	GRQ	Andrea Kraudelt
	Gymnastik nach Pilates	DO	10:00 - 11:00	GRQ	Sieglinde Krone
	Konditionstraining	DO	18:00 - 19:00	THR	Sieglinde Krone
	Lauf + Fit	DO	19:00 - 20:00	THR	Ina Harms / Tanja Frahmman
	Darts Senioren	DO	10:30 - 12:00	HDS	Hartmut Ritter
	Darts	DO	19:30 - 21:30	HDS	Thomas Pohl
Darts	DI	20:00 - 22:00	HDS	Nils Hackfeld	
Badminton	Anfänger (Kinder/Jugend)	MO	17:00 - 18:00	THR	Sebastian Bick
	Fortgeschr. (Jugend)	MO	18:00 - 19:30	THR	Sebastian Bick
	Erwachsene	MO	19:30 - 21:00	THR	Martin Brand
	Erwachsene	MI	09:30 - 11:30	SHQ	Hans Werner Weibrecht
	Erwachsene	FR	19:30 - 22:00	SHQ	Birthe Weibrecht
Ballett	Jugend / Erwachsene	MI	18:30 - 20:00	GRQ	Ken Ikei
	Mädchen (3-5 Jahre)	FR	14:30 - 15:15	GRQ	Ken Ikei
	Mädchen (5-7 Jahre)	FR	15:15 - 16:00	GRQ	Ken Ikei
	Mädchen (8 Jahre - Erw.)	FR	16:00 - 17:00	GRQ	Ken Ikei
Basketball	Jugend	DI	17:00 - 18:00	THR	Stefan Schergaut
	Freizeit ab 16 Jahre	MI	19:00 - 20:30	SHQ	Eckard Jürges
	Anfänger (7-11 Jahre)	DO	17:15 - 18:15	THR	Insa Meiners
	Kreisliga Sen. (ab 17 J.)	DI	20:00 - 22:00	GAG	Keno Janßen
	Kreisliga Sen. (ab 17 J.)	DO	20:30 - 22:00	GAG	Keno Janßen
Handball	Männer 1	MI	20:30 - 22:30	SHQ	Michael Oetken/ K. Kohlhoff
	Männer 2	MI	20:30 - 22:30	SHQ	Björn Eggemann
	Handball Jungen	FR	15:00 - 16:00	SHQ	Klaas Kohlhoff/ Peter Thölking
	Handball mini (7-8 Jahre)	FR	16:30 - 17:30	THR	Klaas Kohlhoff/ Peter Thölking
Gerätturnen	Nachwuchs/Fortgeschr.	MO	16:30 - 18:30	SHQ	Claudia Werner
	Anfänger	DO	15:30 - 17:00	SHQ	Birte Schmäddecke
	Nachwuchs/Fortgeschr.	FR	17:00 - 19:30	GRQ	Claudia Werner
Gesundheitssport	"Sie und Er" ab 60	DI	18:00 - 19:00	THR	Rena Dangel
	Hockergymnastik	MO	09.30-10:30	HDS	Sabine Koppenberg
	Wassergymnastik 3 x 30 Min.	MO	16:00 - 17:30	GS W	Joanna Diekmann
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	MO	18:00 - 19:00	BF	Regine H.-Model
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	DI	08:00 - 09:00	BF	Regine H.-Model
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	MI	08:00 - 09:00	BF	Käthe Hoffmann
	Wassergymnastik F/M	MI	11:30 - 12:00	BF	Annette Burkert
Stand: 01.10.2018	Tel 0441 5050936 oder info@hundsmuehlertv.de		www.hundsmuehlertv.de		

Sportart	Zielgruppe	Tag	Zeit	Ort	Übungsleitung
Tanz / Jazztanz	Kinder 2012/13	MO	17:00 - 18:00	GRQ	Joanna Hanken / Annika Rust
	Frauen Fortgeschrittene	DI	18:30 - 20:30	GRQ	Cornelia Burkert
	Kindertanz (Mädchen) 2009/10	MI	15:15 - 16:45	GRQ	Karina Harksen
	Kindertanz (Mädchen) 2006/7	MI	16:45 - 18:00	GRQ	Cornelia Burkert
	Tanzakrobatik	DO	16:00 - 17:00	GRQ	Cornelia Burkert
Kindersport	Kinder (3 -4 Jahre)	MO	15:00 - 16:00	THR	Inka Noack-Schmidt
	Kinder (4 -5 Jahre)	MO	16:00 - 17:00	THR	Inka Noack-Schmidt
	Kinder (5 - 6 Jahre)	DI	15:00 - 16:00	THR	Nils Hackfeld
	Kinder (6 - 10 Jahre)	DI	16:00 - 17:00	THR	Nils Hackfeld
	Eltern-Kind (0,5-3 Jahre)	MI	10:00 - 11:00	GRQ	Sonja Ramke
	Eltern-Kind (1-3 Jahre)	DO	16:00 - 17:00	THR	Theresa Jansen
	Kinder (3 -4 Jahre)	DO	15:00 - 16:00	THR	Theresa Jansen
	Ballschule	DO	15:00 - 16:00	SHQ	Hendrik N.,Katrin M.,Ralf v.d.A.
	NEU ab 18.10. Rope-Skipping Anfänger	DO	14:30 - 15:30	GRQ	Birte Schmäddecke
	Rope-Skipping fortgeschr	MI	16:45 - 17:45	THR	Birthe Schöning
Leichtathletik	Kinder / Jugendliche	MI	15:30 - 16:45	THR	Heiner Möller
	Laufftreff	Mo/MI/FR	18:30 - 19:30	IR/Rai	Andrea Kraudelt +Tanja Frahmman
		FR	17:30 - 18:30	THR	+Ina Harms +Andrea Oeltjebruns
	Walking	MI	16:30 - 17:30	THR	Maike Hoffmann
	Walking	FR	17:00 - 18:00	THR	Maike Hoffmann
	Wandern jeden 2. DI im Monat	DI	09:00 - 12:30	HDS	Theo Berling
Tanzsport	4 Gruppen Erwachsene	SO	16:00 - 22:00	GRQ	Alexandra Huckfeldt
	Erwachsene	DO	20:30 - 22:00	GRQ	Alexandra Huckfeldt
	Erwachsene	FR	20:00 - 21:30	GRQ	Alexandra Huckfeldt
	Gemeinschaftstanz	DI	10:30 - 12:00	GRQ	Uschi Kahler
Tischtennis	Erwachsene	DI	19:00 - 22:00	THR	Arno Kampen
	Erwachsene	MI	19:45 - 22:00	THR	Arno Kampen
	Jugendtraining	MI	17:45 - 19:45	THR	Christoph Kathmann
	Jugend Anfänger	MI	17:45 - 19:00	HDS	Achim Schön
	Kinder 4 - 6 Jahre	FR	14:30 - 15:30	THR	Marian Jobmann
	Jugend	FR	15:30 - 17:00	HDS	Marian Jobmann
	Jugend Leistungstraining	FR	17:45 - 19:45	THR	Marian Jobmann
Trampolin	Kinder (6-11 Jahre)	MO	15:00 - 17:00	SHQ	Wolfgang Fabich
	Leistungsgruppe	MI	19:00 - 20:30	SHQ	Wolfgang Fabich
	Jugend (ab 12 Jahre)	DO	17:00 - 19:00	GRQ	Wolfgang Fabich
Volleyball	Freizeitgruppe (Erwachs.)	MO	20:00 - 22:00	SHQ	Klemens Schneider
	Erwachsene	MI	10:00 - 11:30	SHQ	Wilfried Schnitker
	Leistungsgruppe (Erw.)	DO	20:00 - 22:00	THR	Arnd Dongowski
Wirbelsäulengym.	Frauen/Männer	MO	18:00 - 19:00	GRQ	Steffi Becker
	Frauen/Männer	DI	09:30 - 10:30	GRQ	Regine H.-Model
Sidokan (Selbstverteidigung, Karate, Kickboxen)	Kinder / Jugendliche ab 6 Jahre	Mo/Do	16:30 - 18:00	HDS	Georgios Pantelis
	Jugendliche / Erwachsene	MO	19:30 - 21:00	HDS	Georgios Pantelis
	Jugendliche / Erwachsene	DO	18:00 - 19:30	HDS	Georgios Pantelis
	Erwachsene / Senioren	Mi	10:00 - 11:30	HDS	Georgios Pantelis
Jugger	Jugend/ Erwachsene	SO	19:00 - 21:00	THR	Gunnar Claußen 0441-93650018

