

VEREINSANGEBOTE + KURSE							
Nr.	Was	Übungsleiter/-in		Wann	Wo	E-Mail	Anmerkung
1	Lauf- und Stuhl-Workout	Petra Neumann		Montag	08.30 - 09.30 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Petra.Neumann@td-lank07.de
2	Kindersport (6-8 Jahre)	Anna Geißer		Montag	16.30 - 17.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Anna.Geisser@td-lank07.de
3	Kindersport (ab 8 Jahre)	Anna Geißer		Montag	17.30 - 18.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Anna.Geisser@td-lank07.de
K0	ZUMBA	Melanie Dietrich	Kurs	Montag	18.00 - 19.00 Uhr	Studio Danza, Bismarckstr. 21	
4	Damen-Gymnastik	Despina Bascheck		Montag	18.30 - 19.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Despina.Bascheck@td-lank07.de
5	Rücken-Fitness für Damen	Despina Bascheck		Montag	19.30 - 20.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Despina.Bascheck@td-lank07.de
K1	FUNctional Cross-Training*	Despina Bascheck	Kurs	Montag	20.30 - 21.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Despina.Bascheck@td-lank07.de
6	Walking / Nordic Walking	Monika Machnik		Dienstag	09.00 - 10.00 Uhr	Parkplatz Nierster Str. Lank	Monika.Machnik@td-lank07.de
7	Rücken-Gymnastik für Alt und Jung	Simone Daniel		Dienstag	08.45 - 09.45 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Simone.Daniel@td-lank07.de
8	Eltern-Kind-Turnen (1 1/2 - 3 Jahre)	Greta Barbachowski		Dienstag	16.00 - 17.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Greta.Barbachowski@td-lank07.de
K3	Pilates*	Simone Daniel	Kurs	Dienstag	19.00 - 19.45 Uhr	Sporthalle "Kemper Allee"	Simone.Daniel@td-lank07.de
9	Rücken-Fitness	Anke Caspers		Dienstag	20.45 - 21.45 Uhr	Sporthalle "Kemper Allee"	Anke.Caspers@td-lank07.de
10	Rücken-Gymnastik für Alt und Jung	Simone Daniel		Mittwoch	10.00 - 11.00 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Simone.Daniel@td-lank07.de
11	Walking / Nordic Walking	Martina Wesselbaum		Mittwoch	18.30 - 20.00 Uhr	Kaiserswerther Str. 52	
12	Body Workout	Regina Belde		Mittwoch	18.30 - 19.30 Uhr	Studio Danza, Bismarckstr. 21	neu ab Mai 2025
13	Rücken-Gymnastik für Alt und Jung	Simone Daniel		Donnerstag	09.00 - 10.00 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Simone.Daniel@td-lank07.de
14	Pilates	Simone Daniel		Donnerstag	10.00 - 10.45 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Simone.Daniel@td-lank07.de
KK1	Hobby Horsing (Springen)	Martin Wissmann	Kurs	Donnerstag	16.30 - 18.00 Uhr	Sporthalle "Kemper Allee"	
KK2	Akrobatik Schnupperkurs	Jacqueline David	Kurs	Donnerstag	17.15 - 18.15 Uhr	Studio Danza, Bismarckstr. 21	Warteliste
K7	Yoga am Morgen	Brigitte Beeser	Kurs	Freitag	07.30 - 08.30 Uhr	Sporthalle "Forstenberg"	Gitte.Beeser@td-lank07.de
15	Akrobatik (Mädchen/Anfänger)	Jaqueline David		Freitag	15.30 - 17.00 Uhr	Studio Danza, Bismarckstr. 21	Jacqueline.David@td-lank07.de
16	Eltern-Kind-Turnen (1 1/2 - 3 Jahre)	Greta Barbachowski		Freitag	16.00 - 17.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Greta.Barbachowski@td-lank07.de
17	Akrobatik (Mädchen/Fortgeschritten I)	Jaqueline David		Freitag	17.00 - 18.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Jacqueline.David@td-lank07.de
18	(Geräte)Turnen für Kinder ab 5 Jahren	Greta Barbachowski		Freitag	17.00 - 18.30 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Greta.Barbachowski@td-lank07.de
19	Akrobatik (Mädchen/Fortgeschritten II)	Jaqueline David		Freitag	18.30 - 20.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Jacqueline.David@td-lank07.de
20	(Geräte)Turnen für Kinder ab 11 Jahren	Greta Barbachowski		Freitag	18.30 - 20.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Greta.Barbachowski@td-lank07.de
K8	Ski-Gymnastik/Beach-Body Workout*	Steffen Lebelt	Kurs	Freitag	20.00 - 21.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Steffen.Lebelt@td-lank07.de
21	(Geräte)Turnen für Senioren			Freitag	20.00 - 21.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Axel.Hissen@td-lank07.de
22	Kinderturnen 3-4 Jahre	Steffen Lebelt		Samstag	08.45 - 09.45 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Steffen.Lebelt@td-lank07.de
23	Kinderturnen 5-6 Jahre	Steffen Lebelt		Samstag	09.45 - 10.45 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Steffen.Lebelt@td-lank07.de
24	Akrobatik (Jungen 6 - 11 Jahre)	Steffen Lebelt		Samstag	10.30 - 12.00 Uhr	Sporthalle "Im Schieb"	Steffen.Lebelt@td-lank07.de

*) Diese Kurse sind für Mitglieder der Turn- und Gymnastikabteilung kostenlos.

Stand: 28.02.2025