

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:00 – 15:50 Kinderturnen 4 – 6 Jahre Sarah Hoofdmann 0162-9409924			14:45 – 15:45 Fit im Alter Edo Hoofdmann 04928-1429	
16:00 – 16:55 Kinderturnen 6 – 8 Jahre Sarah Hoofdmann 0162-9409924		15:30 – 16:30 Fußball G-Jugend Andreas Rieken 0151-12462907	16:15 – 17:10 Eltern Kind Turnen bis 4 J. Gerlinde Klüver 04928-912958	
17:00 – 17:55 Leichtathletik bis 10 Jahre Marei Meschter 0152-08565249	16:15 – 17:40 (bis Mitte März) Fußball E-Jugend Marco Hinrichs 0151-5010986	16:45 – 17:45 Rücken – Aktiv Heike Frerichs 0159-06813984 (Edith Eilers)	---	16:30 – 17:25 Hobby Horsing ab 6 Jahren Gunda Uphoff 0157-0162801
18:00 – 18:55 Leichtathletik ab 10 Jahre Wilfried Popp	17:45 – 18:40 Functional Training Julia Post 0174-9325674	17:50 – 19:10 Fit mit LineDance Edith Eilers 0159-06813984	17:30 – 18:55 Volleyball Einsteiger Michael Honczek volleyball@friesenstolz.de	17:30 – 18:30 Hobby Horsing ab 10 Jahren Ines Honczek 0160-92813603
19:00 – 19:55 Bodyforming Isabel Duitsmann Edith Eilers 04928-787	19:00 – Tischtennis Erwachsene Heiko Gronewold 0177-6713690	19:15 – Herren – Gymnastik Harm Harms 0162-3923293	19:00 – 19:55 Stepaerobic Edith Eilers 0159-06813984	19:00 – Tischtennis Erwachsene Heiko Gronewold 0177-6713690
20:00 – 22:00 Handball Riepe Hobby Damen Regine Rohen 0152-07561171	– 22:00 Tischtennis Erwachsene	– 21:15 Herren – Gymnastik	20:00 – 22:00 Volleyball Michael Honczek volleyball@friesenstolz.de	– 22:00 Tischtennis Erwachsene