

Klicken Sie auf das jeweilige Hallenkürzel, um eine Anfahrtsbeschreibung zu erhalten

Kinderturnen

Eltern-Kind ab 1 Jahr	Mo. 15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Eltern-Kind ab 1 Jahr	Di. 16.00-17.00 Uhr	TH Jugendzentrum
Eltern-Kind ab 1 Jahr	Fr. 15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Kinderturnen ab 3 Jahren	Mo. 15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Kinderturnen ab 3 Jahren	Di. 17.00-18.00 Uhr	TH Jugendzentrum
Kinderturnen ab 3 Jahren	Fr. 15.00-16.00 Uhr	TH Wimmersweg
Kinder in Bewegung ab 5 Jahren	Fr. 16.00-17.00 Uhr	TH Wimmersweg

Mädels und Jungs in Bewegung

Mädels ab 7 Jahren	Fr. 16.00-17.30 Uhr	TH Wimmersweg
Jungs ab 7 Jahren	Fr. 17.00-18.30 Uhr	TH Wimmersweg
Jungs ab 11 Jahren	Fr. 18.30-20.00 Uhr	TH Wimmersweg

Tanzen

Tanzflöhe ab 3 Jahren	Do. 17.00-17.45 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Tanzmäuse ab 5 Jahren	Do. 17.45-18.30 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Hiphop ab 8 Jahren	Mo. 17:30-18.30 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein

Leichtathletik

ab 6 Jahren	Do. 17.00-18.30 Uhr	MSM/ Sportplatz
ab 11 Jahren	Do. 18.30-20.00 Uhr	MSM/ Sportplatz

Triathlon:

Lauftraining	Mo. 18.00-19.30 Uhr	Sportplatz
Radtraining	Mi. 18.00-19.30 Uhr	Parkplatz MSM
Schwimmtraining	Fr. 20.00-21.00 Uhr	Fischelner Bad

Turnen

Turnen für Teens (w) ab 11 Jahren	Do. 18.30-20.00 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Gerättturnen (w)	Fr. 17.30-20.00 Uhr	TH Wimmersweg
Leistungsturnen (w)	Mi. 18.30-20.30 Uhr	TH MSM
Gerättturnen (ab 18 Jahre + Erw.)	Mo. 20.00-22.00 Uhr	TH MSM
Parkour		
Jungs ab 12 Jahren	Mo. 19.00-20.30 Uhr	TH MSM
Jungs ab 14 Jahren	Mo. 20.30-22.00 Uhr	TH MSM
Mädels ab 12 Jahren	Do. 20.00-21.30 Uhr	TH MSM
Judo		
Jugend	Mo. 17.30-19.00 Uhr	TH MSM
Behinderte	Fr. 16.30-17.30 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein
Basketball		
U 14 / U16	Fr. 14.45-16.45 Uhr	TH Hauptschule Hafelsstr.
U14 / U16	Mo. 17.00-18.30 Uhr	TH MSM
U18	Fr. 18.00-20.00 Uhr	TH Hauptschule Hafelsstr.
U 18 / Herren	Mo. 20.00-22.00 Uhr	TH Hauptschule Hafelsstr.
Volleyball		
ab 12 Jahre	Mo. 18.30-20.00 Uhr	TH MSM
ab 16 Jahre	Mo. 20.00-22.00 Uhr	TH MSM
Mixed I, II	Mi. 20.00-22.00 Uhr	TH Wimmersweg
Mixed III	Do. 20.00-22.00 Uhr	TH MSM
Mixed IV	Fr. 20.00-22.00 Uhr	TH Hauptschule Hafelsstr.
Mixed V junge Erw.	Do. 20.00-22.00 Uhr	TH MSM

Mixed ohne Wettkampf	Mi. 20.00-22.00 Uhr	TH Wimmersweg
Gymnastik		
Frauen I	Mo. 14.00-15.00 Uhr	TH Wimmersweg
Frauen II	Mo. 18.30-19.30 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Frauen III	Mo. 20.00-21.00 Uhr	TH Wimmersweg
Aerogym 60+	Mo. 14.00-15.00 Uhr	TH Wimmersweg
Fit 60+ (m/w)	Di. 15.30-16.30 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein
VIA 1-Vital im Alter (Sitzgymnastik)	Di. 10.00-11.00 Uhr	ASB Wimmersweg
VIA 2-Vital im Alter (Sitzgymnastik)	Mi. 10.00-11.00 Uhr	Nachbarschaftsladen Erkelener Str. 81-83
VIA 3 - Vital im Alter (Sitzgymnastik)	Mi. 11.00-12.00 Uhr	Nachbarschaftsladen Erkelener Str. 81-83
TAKT Tänze der Welt	Do. 11.15-12.30 Uhr	TH Jugendzentrum
Jedermänner	Fr. 20.00-22.00 Uhr	TH Wimmersweg
Fitness und Gesundheit		
Aerobic	Mi. 19.00-20.15 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein
Bodyfit	Mo. 18.30-19.30 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein
Bodyforming	Do. 20.00-21.30 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Wirbelsäulengymnastik I	Di. 18.30-19.30 Uhr	TH Jugendzentrum
Wirbelsäulengymnastik II/III	Mo. 20.00-21.00 Uhr	TH Wimmersweg
Wirbelsäulengymnastik IV	Mi. 18.00-19.00 Uhr	TH Jugendzentrum
Pilates I	Mo. 19.30-20.30 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Pilates II	Mo. 20.30-21.30 Uhr	TH Realschule Freiherr-vom-Stein
Pilates III	Do. 10.00-11.00 Uhr	TH Jugendzentrum

Yoga	Mo. 17.00-18.30 Uhr	Familienzentrum Markuskirche
Yoga sanft	Do. 9.30-11.00 Uhr	Alte Schule Bösinghoven
Zumba®-Kurs	Mo. 19.45-20.45 Uhr	GH Realschule Freiherr-vom-Stein

Schwimmen

Schwimmen	Fr. 20.00-21.00 Uhr	Fischelner Bad
-----------	---------------------	----------------

Legende: TH = Turnhalle, GH= Gymnastikhalle, GK= Gymnastikkeller, SP= Sportplatz/
Bezirkssportanlage, MSM= Maria-Sibylla-Merian-Gymnasium, FS = Förderschule Erich-
Kästner, WIM= Grundschule Wimmersweg, HH= Hauptschule Hafelsstr., JZ= Jugendzentrum,
RS= Realschule Freiherr-vom-Stein, FamZ=Familienzentrum Markuskirche, NBL=
Nachbarschaftsladen Erkelenzer Str. 81-83