

## Die Turnabteilung im TV Sottrum bietet an:

## für Kinder und Jugendliche

Gruppe	Alter	Zeit	Halle	Übungsleiter	Telefon	Start nach Corona
Krabbelgruppe-10 kleine Krabbelfinger-	ab ¾ Jahr	Do. 10.00 - 11.30 Uhr	Vereinsturnhalle	Jeanette Söffker Eltern nach Bedarf	835584 0170-2487433	ab 21.04.22
Eltern & Kind-Gruppe-Wiestehopser-	Krippenkinder	Mo. 15.30 - 17.00 Uhr	Vereinsturnhalle	Anneke Sachse Eltern nach Bedarf	01577-3540213	ab 06.06.22
Eltern & Kind-Gruppe	2-4 Jahre	Di. 16.00 - 17.30 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Ulrike Theilen Eltern nach Bedarf	01522-6820198	ab 11.01.22
Sport für Kinder-Sportflöhe-	ab 4 Jahre	Fr. 15.00 - 16.00 Uhr	Wilhelm-Schröder-Sportzentrum	Monika Meyer	04205/2341	ab 25.02.22
Sport für Kinder-Sportflöhe-	ab 4 Jahre	Fr. 16.00 - 17.00 Uhr nach Absprache	Wilhelm-Schröder-Sportzentrum	Silke Röhrs Elke Lünzmann V.Müller, H.Cordes, S.Ciftci, J.Küsel, A.Kunze	1550 2231	
Tanzen für Kids-Dance4you-	7-10 Jahre	Do. 17.30 – 18.30 Uhr	Schulzentrum Sottrum-Süd	Kristin Lünzmann	0170-5891505	ab 13.01.22
Gerätturnen:“TuKiSo“	1. -4. Klasse	Mitt. 17.00 - 18.30 Uhr	Schulzentrum Sottrum-Süd	Hella Rosenbrock Kristin Lünzmann	04281/1811 0170-5891505	ab ?
Aufbau-Gruppe: Gerätturnen	ab 5. Klasse	Mitt. 18.30 - 20.00 Uhr	Schulzentrum Sottrum-Süd	Hella Rosenbrock Laura Apmann	04281/1811	ab ?
Tanzen für Mädchen & junge Frauen	ab 11 Jahre	Mo. 17.00-18.00 Uhr	Vereinsturnhalle	Kristin Lünzmann	0170-5891505	ab 25.04.22
-Get2Dance-						
Parkour & Freerunning	ab 12 Jahre im Sommer	Mitt. 15.00 - 16.30 Uhr Mitt. 15.30 – 17.00 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Silke Röhrs	1550	ab 16.03.22
„Akro al dente“ – Akrobatik	ab 14 Jahre	Mitt. 19.30 – 21.00 Uhr	Vereinsturnhalle	Thomas Ahrens	04205-396352	ab ?
***Fitness für die ganze Familie	ab 8 Jahre	Mitt. 19.00 - 20.00 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Silke Röhrs	1550	ab 20.04.22
-Kursssystem- Anmeldung erbeten!				Jenny Küsel, Seferie Cifti, Jan-Lennart Frese		

## Die Turnabteilung im TV Sottrum bietet an:

## für Männer

Gruppe	Alter	Zeit	Halle	Übungsleiter	Telefon	Start nach Corona
***Fitness für Männer -Power Men Team-		Di. 19.30 - 21.00 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Silke Röhrs	1550	ab 22.03.22
Fitness für Männer –Köpis-		Mo. 18.30 - 20.15 Uhr	Wilhelm-Schröder-Sportzentrum	Frank Pottberg Karl-Heinz Schmitz	2815	ab 11.01.22

## Die Turnabteilung im TV Sottrum bietet an: für Frauen

Gruppe	Alter	Zeit	Halle	Übungsleiter	Telefon	Start nach Corona
Fitness für Frauen		Mo. 20.15 – 21.30 Uhr Mo. 20.00 – 21.30 Uhr	Wilhelm-Schröder-Sportzentrum Schulzentrum Sottrum-Süd	Angelika Bruns Katrin Lange	0172-2441282 TV-370470	ab 10.01.22 ab 29.08.22
Fitness für Frauen – Fit in den Tag Kursystem- Anmeldung erbeten!		Do. 08.45 – 09.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Ulrike Theilen	01522-6820198	ab 13.01.22
Fitness/Gymnastik „Fit for Fun“ -Kursystem -Anmeldung erbeten!		Do. 18.00 - 19. 00 Uhr September-April	Vereinsturnhalle	Karin Karnick	1846	ab 20.01.22
Fitness/Gymnastik „Fit for Fun“ -Kursystem -Anmeldung erbeten!		Do. 19.00 - 20. 00 Uhr September-April	Vereinsturnhalle	Karin Karnick	1846	ab 20.01.22
Montagsfrauen-Allround-Fitness-	60+	Mo. 19.30 - 20.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Ulrike Theilen	01522-6820198	ab 24.01.22
***Hockergymnastik für Frauen	60+	Fr. 15.00 - 16.00 Uhr	Vereinsturnhalle	Andrea Patzwald Svenja Reiter	406000 3663	ab 21.01.22
Gymnastik für Frauen	60+	Mo. 14.30 - 15.30 Uhr	Vereinsturnhalle	Dorothee Heinze	8378070	ab 04.04.22

### Bezeichnung \*\*\*:

**Diese Gruppen haben die Auszeichnung Sport pro Gesundheit/Pluspunkt Gesundheit erhalten.  
-Stand: Juni 2022-**

## Die Turnabteilung im TV Sottrum bietet an: für Männer und Frauen

Gruppe	Alter	Zeit	Halle	Übungsleiter	Telefon	Start nach Corona
Sommer-Radwandergruppe		Di.14.00 – ca. 18.00 Uhr	Treffpunkt: Vereinsturnhalle	Karl-Heinz Schmitz	2079	ab 15.02.22
Turnen für und mit Schwerstbehinderten		Fr. 14.00 – 15.00 Uhr	Blumenhof Mertins	Claudia Hildebrandt	0172-8284848	ab 22.04.22
Turnen für und mit Behinderten		Do. 18.30 - 19.30 Uhr	Schulzentrum Sottrum-Süd	N.N.		ab ?
„Akro al dente“ – Akrobatik für Jedermann nach Absprache:		Mitt. 19.30 – 22.00 Uhr Mo. 20.45 – 22.00 Uhr	Vereinsturnhalle Vereinsturnhalle	Thomas Ahrens	04205-396352	ab ?

### Turnhallen in Sottrum:

Grossturnhalle „Wilhelm-Schröder-Sportzentrum“: Am Bullenworth –neben dem Freibad-  
Vereinsturnhalle: Bremer Str.21 an der B75: –neben der Schützenhalle-  
Halle Grundschule am Eichkamp: Schulweg 4  
Halle im Schulzentrum Sottrum-Süd: Schillerstr. 11  
Halle am Wiestekindergarten: Am Bullenworth

## Die Turnabteilung im TV Sottrum bietet an:

## für Männer und Frauen

<u>Gruppe</u>	<u>Alter</u>	<u>Zeit</u>	<u>Halle</u>	<u>Übungsleiter</u>	<u>Telefon</u>	<u>Start nach Corona</u>
REHASPORT „Wirbelsäule“ -mit Arztverordnung-		Mo. 10.00 – 10.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Tanja Dabisch	3708434	ab 17.01.22
REHASPORT „Lunge“ -mit Arztverordnung-		Mo. 11.00 – 11.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Tanja Dabisch	3708434	ab 17.01.22
REHASPORT „Wirbelsäule“ -mit Arztverordnung-		Mitt. 9.00 – 9.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Tanja Dabisch	3708434	ab 19.01.22
REHASPORT „Wirbelsäule“ -mit Arztverordnung-		Mitt. 10.00 –10.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Tanja Dabisch	3708434	ab 19.01.22
REHASPORT „Lunge“ -mit Arztverordnung-		Mitt. 11.00 – 11.45 Uhr	Vereinsturnhalle	Tanja Dabisch	3708434	ab 19.01.22
REHASPORT „Wirbelsäule“ -mit Arztverordnung-		Mitt. 17.15 –18.15 Uhr	Vereinsturnhalle	Svenja Reiter	3663	ab 17.01.22
„Zwischen Bürostuhl und Couch!“ Funktionsgymnastik		Mit. 18.30 - 19.30 Uhr	Vereinsturnhalle	Andrea Patzwald Susanne Schwarzer	406000 835793	ab 12.01.22
***Fitness für die ganze Familie -Kursystem- Anmeldung erbeten!	ab 8 Jahre	Mitt. 19.00 - 20.00 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Silke Röhrs Jenny Küsel, Seferi Cifti, Jan-Lennart Frese	1550	ab 20.04.22
Fitnessrends -Kursystem- Anmeldung erbeten!		Mit. 20.15 - 21.15 Uhr	Schulzentrum Sottrum-Süd	N.N.		ab 29.08.22
Yoga		Fr. 9.00 – 9.50 Uhr	Vereinsturnhalle	Claudia Hildebrandt	0172-8284848	ab 22.04.22
Faszien - Training		Fr. 10.00 – 10.50 Uhr	Vereinsturnhalle	Claudia Hildebrandt	0172-8284848	ab 22.04.22
FlexWalks Anmeldung erbeten!		Fr. 11.00 – 11.50 Uhr	Vereinsturnhalle	Claudia Hildebrandt	0172-8284848	ab 22.04.22
Funktionsgymnastik und mehr		Fr. 18.30 - 19.30 Uhr	Grundschule am Eichkamp	Irmgard Schmitz	2079	ab 14.01.22

**Weitere Infos bei den genannten Übungsleitern, Silvia Plaschke -Tel. 04264/84005  
oder der Geschäftsstelle des TV Sottrum -Tel.04264/370470, [www.tv-sottrum.de](http://www.tv-sottrum.de)**