

TSV „Schwalbe“ Tündern von 1911 e.V.



Gesamtübersicht Sportangebote für Erwachsene

Sport-angebot	Tag	Uhrzeit	Alter	Turnhalle / Ort	Übungsleiter/in Ansprechpartner/in	Telefon
Boule	Mo Mi	ab 09:30 ab 14:00		draußen Laufbahn Lawerweg	Marlene Hucke	05151/ 924995
Fit for fun (Walken) / Stand Up Paddling (SUP)	Mo Mo/Do	18:00 - 19:00 ab 18:00		draußen nach Absprache / sobald warm genug auf dem Tündernsee	Conny Pieper	05151/ 23229
Fit für den Alltag	Mi	19:00 - 20:30		TSV-Halle Kirchweg	Gabi Walter	0176/ 20309764
Fitness	Di/Fr	18:30 - 19:30	ab 20	TSV-Halle Kirchweg oder draußen nach Absprache	ÜL: Waldemar Brecht AP: Regina Wüstefeldt- Finne	05151/ 1070787
Hula Hoop	Di	19:45 - 20:45	ab 16	TSV-Halle Kirchweg	Nicole Mitterhofer	0176/ 55498796
Gewicht- heben	Mo/Mi/Fr Sa	17:00 - 19:30 14:00 - 16:30		TSV-Halle Kirchweg	Jürgen Kustin	05153/ 800114
Gymnastik II	Mi	17:30 - 18:30		Sporthalle Lawerweg	ÜL: Doris Tegtmeier AP: Thea Jarck	05151/ 24334
Gymnastik III	Mi	16:00 - 17:00	ab 65	Sporthalle Lawerweg	Silke Wächter	05151/ 21375
Jedermänner (Fußball)	Mo	18:00 - 20:00		Sporthalle Lawerweg, im Sommer alter Sportplatz	Klaus-Dieter Erdmann	05151/ 815093
Tanzclub	So	18:00 - 19:30		TSV-Halle Kirchweg	ÜL: Luca Tomkowiak AP: Karolin Rautmann	0179/ 9036175
Tanzfit	Di	17:15 - 18:15		TSV-Halle Kirchweg	AP: Edda Wordtmann	05151/ 941555
Tischtennis	Mo Di Mi Mi Fr Sa	20:00 - 21:30 19:00 - 21:45 18:30 - 20:00 20:00 - 22:00 19:30 - 21:45 ab 13:00		Sporthalle Lawerweg	Thomas Weber	05151/ 9960092
TSV/DRK Gymnastik	Mo	09:00 - 10:30	ab 50	Sporthalle Lawerweg	Christa Pfennig	05154/ 704855
Volleyball	Mo	20:00 - 22:00		Sporthalle Lawerweg	Arthur Holzmann	0151/ 23881460
Wirbelsäulen- gymnastik	Do	18:30 - 19:30		TSV-Halle Kirchweg	Gabi Walter	0176/ 20309764
Yoga	Mo	18:00 - 19:15		TSV-Halle Kirchweg	ÜL: Kerstin Koch AP: Gabi Walter	0176/ 20309764
Zumba	Mi	17:00 - 18:00		TSV-Halle Kirchweg	ÜL: Stefanie Kopecsni AP: Karolin Rautmann	0179/ 9036175

Weitere Infos auch beim Mitgliederwart Jürgen Wordtmann (05151/941555 oder 01590/3123328)

Stand Februar 2024