

Kursangebot des SV Witten-Heven 2018 e.V.

Ab dem 31.08.2020

Hellwegschule:

Zeit	Montags	Zeit	Dienstags	Zeit	Mittwochs	Zeit	Donnerstags
17 – 17.55	Untervermietung TG Durchholz	17 – 17.55	Turnen für Kinder von 3 – 7 Jahren (Anka, Tara)	17 – 18.05	Eltern-Kind-Turnen (Inge)	16.30 – 17.25	Turnen für Kinder von 3 – 7 Jahren (Anka, Tara)
18.05 – 19	Fit für den Alltag für Männer und Frauen (Annegret)	18.05 – 19.20	Turnhallenspaß für Mädchen ab 8 Jahren (Anka, Tara)	18.15 – 19.45	Fit über 50 für Frauen (Barbara)	17.30 – 18.10	Zumba Kids I 4 – 7 Jahre (Vanja)
19.10 – 20.05	Bauch, Beine, Po (Martina)	19.30 – 20.30		20 – 21	Zumba (Yvi) <i>Nicht-Mitglieder 3 Euro</i>	18.15 – 18.55	Zumba Kids II ab 8 Jahren (Vanja)
20.15 – 21.30	Fit über 50 für Männer (Horst)	20.30 – 21.30				19.05 – 20.30 (21)	Jazz-Dance (Monica)

Sportplatz am Haldenweg: Sportabzeichen (Training + Abnahme)

* Mittwochs 17 – 20 Uhr von April bis Oktober

Vital Club Carlos (Luhnmühle 2, 58455 Witten (Im Blue Beach)): Kurse an den Geräten mit Trainer (das ganze Jahr)

➔ Montags 11 – 12 Uhr: Fit über 60

➔ Donnerstags 11 – 12 Uhr: Osteoporose-Prävention über 60

Dorfschule:

Zeit	Dienstags	Zeit	Mittwochs	Zeit	Donnerstags
16 – 17.15		16 – 17	Untervermietung DRK		
17.15 – 18.45	Präventive Rückengymnastik für Frauen und Männer (Annegret)	17 – 17.55	Motorikförderung für Kinder von 4 – 7 Jahren (Anka, Tara)	17 – 18	
19 – 20	REHA Sport Adipositas (Anka)	18.05 – 19	(Kick)Boxen und Selbstverteidigung für Kinder von 7 – 12 Jahren (Denis)	18 – 19	„Rückenschule“ (Kevin)
20 – 21	REHA Sport Ortho (Anka)	19 – 21	Untervermietung Fußball	19 – 20	REHA-Sport Adipositas (Anka)

Bei Fragen oder Anregungen stehen wir euch ebenfalls unter folgender Mail-Adresse zur Verfügung: anka.klinker@web.de