



DJK Westwacht Weiden e.V.

die Abteilung Breitensport bietet an:

unsere Mutter-Vater-Kind-Gruppen:

- Turnen :- Leitung Christa Gehlen u. Andrea Burtscheid
- Montag 15.15 – 16.15 Uhr
 - Alter 18 Monate – 4 Jahre
 - Sporthalle Parkstrasse

- Schwimmen: - Leitung Sabine Matuschek
- Dienstag 15.30 – 16.30 Uhr
 - Lehrschwimmbecken Helleter Feldchen

Kinderturnen ab 4 Jahren:

Schulung der grundmotorischen Eigenschaften, Geräteturnen

- Leitung: Willi Mohr und Assistentinnen
- Montag 16.00 – 17.00 Uhr
- Sporthalle Parkstrasse

Tanzen für Mädchen:

- Die Sternchen: - Leitung Sabine Mainz
- Montag 15.00 – 16.00 Uhr
 - Alter: ab Grundschulalter
 - Turnhalle Helleter Feldchen
 -

- Die „Black Angels“: - Leitung Monika Simons
- Freitag 16.30 – 17.30 Uhr
 - Turnhalle Helleter Feldchen
 - Alter: ab 13 Jahren



Fit und Gesund.....für Sie und Ihn.....für Menschen ab 18

Verbesserung der Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit.....für Menschen mit Spaß an Sport und Bewegung

- Leitung: Margret Kuck
- Dienstags 20.30 – 21.30 Uhr
- Turnhalle Helleter Feldchen (Marktplatz)

- Aerobic: Leitung: Heike Havertz
- Mittwochs 20.00 – 21.00 Uhr
 - Sporthalle Birkenstrasse

Senioren – Sport / Gesundheitssport (in der Turnhalle Helleter Feldchen/Marktplatz)

- Mittwochsgruppe: - Leitung Marianne Kuck
- 17.00 – 18.00 Uhr
- Gymnastik, Ballspiele, Laufen
- Freitagsgruppe: Leitung Hannelore Engelbartz
- 14.45 – 16.00 Uhr
- Sportlich fit ins Wochenende.....
- Wirbelsäulengymnastik: Leitung: Willi Mohr
- Dienstags 19.00-20.00Uhr

„Basketball am Freitag“ für sportliche Männer 19.30 Uhr Sporthalle Broich

Rückfragen: Irmgard Dautzenberg, Tel.: 02405-73664 irmgard.dautzenberg@t-online.de oder Margret Kuck, Tel.: 02405-71886