



die Abteilung Breitensport bietet an:

**unsere Mutter-Vater-Kind-Gruppe:**

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

**Kinderturnen ab 4 Jahren:**

*Schulung der grundmotorischen Eigenschaften, Geräteturnen*

- Leitung: Maïke Simon
- 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 Monique Kern

- 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: Margret Kuck
- Dienstags 19.00-20.00Uhr

**„Biceps meets Triceps“ für Männer ab 30 -**

- 19.30 Uhr – 21.00h Sporthalle Broich
- Leitung Josef Kuck

**Behindertensport – Gemeinschaft (Fußball)**

- Freitags
- Leitung: Torsten Körfer und Stephan Kriescher

**Rückfragen: Irmgard Dautzenberg, Tel.: 02405-73664 [irmgard.dautzenberg@t-online.de](mailto:irmgard.dautzenberg@t-online.de) oder  
Margret Kuck, Tel.: 02405-71886**