

Turnverein Rhede 1925 e.V.

Turnen - Handball - Gewichtheben
Rhythmische Sportgymnastik - Boule
Badminton - Tennis - Radsport
Präventions- und Rehabilitationssport

Turnabteilung

mail: turnen@tv-rhede.de

Abteilungsleiterin:
Dorothee Hartkamp, Tel. 02872/2892
stellv. Abteilungsleiterin:
Almuth Lage, Tel. 02872/6520



Unsere Angebote für Erwachsene

Gültig ab Oktober 2024

- Schnuppern erwünscht!
- Wir bitten um telefonische Anmeldung bei der Kursleitung

Fitness und Gesundheitssport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
10:45 - 11:45 Uhr, Sportzentrum Body Workout - Schwerpunkt Rücken --- Frauen --- bei Anne Przyrowski Tel. 91 99 515		08:45 – 10:00 Uhr, Sportzentrum Body Workout von Kopf bis Fuß <small>(Gruppe belegt)</small> --- Frauen 60+ --- bei Brigitte Eckers Tel. 3348	09:30 – 10:30 Uhr, Sportzentrum Body Workout - Aerobic Fitness --- Frauen --- bei Zohreh A. Hosseini Tel. 0178 30 55 948
16:45 – 17:45 Uhr, Ludgerushalle II Body Workout - Aerobic Fitness --- Frauen --- bei Ingrid Ott Tel. 5082	16:00 - 17:00 Uhr, Ludgerushalle II Stuhlgymnastik --- Frauen 60+ --- bei Zohreh A. Hosseini Tel. 0178 30 55 948	17:30 – 18:30 Uhr, Overbergschule Body Workout für Frauen XL --- Frauen --- bei Jutta Passerschroer Tel. 7896	
17:50 – 18:50 Uhr, Ludgerushalle II Body Workout - Aerobic Fitness --- Frauen --- bei Ingrid Ott Tel. 5082	18:00 – 19:00 Uhr, Overberghalle Body Workout - Schwerpunkt Rücken --- Er + Sie --- bei Zohreh A. Hosseini Tel. 0178 30 55 948	18:45 - 19:45 Uhr, Ludgerushalle II Body Workout - Schwerpunkt Rücken --- Er + Sie --- bei Zohreh A. Hosseini Tel. 0178 30 55 948	
19:30- 20:30 Uhr, Overberghalle Body Workout von Kopf bis Fuß --- Frauen --- bei Karin Petrowski Tel. 5578	19:00 – 20:15 Uhr, Overberghalle Step (Fortgeschrittene) und Body Workout --- junge Leute --- bei Sandra Rößing Tel. 981833		
20:00 – 21:30 Uhr, Ludgerushalle II Step Aerobic und Body Workout --- junge Leute --- bei Sandra Rößing Tel. 981833			

Tanzen und Hobby-Ballsport

Montag 19:00 – 20:00 Uhr, Ludgerushalle II Jazztanz --- Frauen --- bei Gaby Terhart Tel. 7454
Dienstag 19:30 - 21:30 Uhr, Ludgerushalle Faustball --- Er + Sie --- Sylvia Daniels Tel. 0176 4755171
Dienstag 20:15 – 21:30 Uhr, Overberghalle Prellball --- Frauen --- bei Brigitte van Gelder Tel. 0151 53749727
Donnerstag 18:30 - 20:00 Uhr, Piushalle Volleyball --- Er + Sie --- bei Christina Zydra Echelmeyer Tel. 0163 3343999
Donnerstag 20:00 – 21:30 Uhr, Ludgerushalle II Basketball --- Männer --- bei Klaus Bertram Tel.2127