

Tag	Uhrzeit	Sportart	Leitung	Gruppe
Montag	18.00-19.00	Nordic-Walking, Treffp. Sportplatz S`dorf	Bärbel Harjans	Frauen und Männer
	18.30-19.30	Step/Aerobic	Karin Eilering	Frauen
	19.30-22.00	Volleyball	Sabine Freytag	Frauen
	20.00-21.15	YOGA Wietkamphalle, Schüttof	Karin Eilering	Frauen und Männer
Dienstag	08.30-09.30	Fitnessgymnastik	Ellen Voß	Frauen
	09.00-10.00	Reha-Sport, Wirbelsäule, Halle 2	Karin Eilering	Frauen und Männer
	18.30-19.30	„Pilates“-Kursus, Halle 2	Karin Eilering	Frauen und Männer
	18.30-19.30	Fitnessgymnastik, Halle 1	Annegret Kortmann	Frauen
	19.30-20.30	Fitnessgymnastik, Halle 1	Annegret Kortmann	Frauen
	19.30-20.30	„Fit und Fun“, Halle 2	Sandra Holbein	Frauen
	19.45-21.00	YOGA Wietkamphalle, Schüttof	Karin Eilering	Frauen und Männer
	20.30-22.00	Volleyball für junge Damen	Sabine Gerberding	Mädchen und Damen
Mittwoch	15.00-16.30	Seniorengymnastik	Ellen Voß	Frauen Sen.
	18.00-19.00	Rückenfit, Halle 2	Burcin Schulz	Frauen
	19.00-20.00	Powergymnastik	Burcin Schulz	Frauen
	20.30-22.00	Volleyball Herren	Günther Busmann	Herren
Donnerstag	18.00-19.00	Nordic-Walking, Treffpunkt: Sportplatz S`dorf	Bärbel Harjans	Frauen und Männer
	18.20-19.20	Reha-Sport Wirbelsäule, Halle 2	Karin Eilering	Frauen und Männer
	18.30-19.30	„Sie und Er“ Halle 1	Annegret Kortmann	Frauen und Männer
	20.30-22.00	Volleyball für junge Damen, Halle 2	Sabine Gerberding	Mädchen und Damen
Freitag	18.30-19.30	Fit für Männer	Sandra Holbein	Männer
Reha Koronarsport Wassergymnastik Orthopädie WBS			Info K. Eilering Tel:05923-2215	
Donnerstag	19.45-20.45	Reha, Koronarsport, Wietkamphalle	Ilka, Karin, Maria und Sandra	Frauen und Männer
Montag	13.30-14.15	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Frank Schenkbiel	Frauen und Männer
	14.15-15.00	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Frank Schenkbiel	Frauen und Männer
	15.00-15.45	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Burcin Schulz	Frauen und Männer
	15.45-16.30	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Burcin Schulz	Frauen und Männer
	16.30-17.15	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Frank Schenkbiel	Frauen und Männer
Samstag	09.15-10.00	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Frank Schenkbiel	Frauen und Männer
	10.00-10.45	Wassergymnastik im Vechtebad, Schüttof	Frank Schenkbiel	Frauen und Männer
Anmeldungen bei der Geschäftsstelle des SV SuSa, Am Dorfplatz 1			Tel: 05923-9883810	www.svsusa.de