

## Turnabteilung - vorläufiges Sportangebot Juni 2021 bis zu den Sommerferien 2021

**X = bis auf weiteres kein Training**

**X = Training findet unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln statt**

**X = Training wird unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln bei gutem Wetter nach draußen verlagert**



Kinder					ÜL
X	Eltern-Kind-Turnen bis 3 J. ab Mi. 16.6./Do. 17.6.	Mittwoch	15.15 - 16.30	Sporthalle Riesweg	Jutta Kochskämper
		Donnerstag	15.15 - 16.30	Sporthalle Riesweg	Jutta Kochskämper
X	Kinderturnen 4-6 J.	Dienstag	15.45 - 16.45	Sporthalle Plaggenkrugstr. * 	Christa Janßen
X	Kinderturnen 7-9 J.	Mittwoch	17.00 - 18.30	Sporthalle Plaggenkrugstr. * 	Andrea Otten

### Erwachsene

X	Aero-Dance/Step-Aerobic	Montag	19.00 - 20.00	Sporthalle Plaggenkrugstr. * 	Yvonne Spauka
X	Zumba ab Mi. 9.6.21	Dienstag	17.45 - 18.45	Sporthalle Riesweg	Melanie Stelter
X	Fit-Mix für Frauen ab Mi. 23.6.21	Mittwoch	20.45 - 22.00	Sporthalle Riesweg	Martina Ammermann
X	Damenturnen Mo. ab Mo. 14.6.21	Montag	17.15 - 18.45	Sporthalle Riesweg	Sieglinde Riewe
X	Fit und Aktiv Radfahrgruppe ab Di. 29.6.21 Nov.-Apr	Dienstag 14-tg. wandern statt radfahren	14.00 - 17.30  13.00 - 17.00	Varel, Windallee, Waldeingang  Parkpl. b. Tivoli Varel	Erich Ohsenbrügge
X	Seniorenturnen	Donnerstag	15.30 - 16.30	Sporthalle Plaggenkrugstr. * 	Edith Rinne
X	Walking/Nordic Walking ab Di. 8.6.21	Dienstag Donnerstag	8.30 - 9.45 8.30 - 9.45	Parkplatz Sporth. Plaggenkr. Parkplatz Sporth. Plaggenkr.	Ute Eilers
X	Yoga ab Mo. 21.6.21	Montag	15:30 - 17:00	Sporthalle Riesweg	Annette Siebrecht
X	Yoga ab Di. 15.6.21	Dienstag	15:30 - 17:00	Sporthalle Riesweg	Hildegard Sandgaard
X	Yoga ab Fr. 18.6.21	Freitag	19.30 - 20.30	Gymn.halle Rodenk. Str.,Varel	Martina Ammermann
X	Pilates	Dienstag	9.00 - 10.00	bis 30.6. Online-Training ab Juli Gymn.halle Rodenk. Str.,Varel	Jutta Kochskämper

### Funktionsgymnastik

X	Funktionsgymnastik ab 14.06.21	Montag	19:00 - 20:00	Sporthalle Riesweg	Katja Schimansky
X	Frauengruppe Di.	Dienstag	20:00 - 22:00	Grundsch. Osterstr., Varel Sporthalle	Edda Koch
X	Sie und Er um 50	Freitag	18:00 - 19:00	Grundschule Schlossplatz, Varel	Edda Koch

### Gesundheitssport

X	Herzsport - ohne Rezept ab Mi. 16.6.21	Mittwoch	16.00 - 17.00	Sporthalle Heinz-Neukäter-Schule, Oldenburger Str. 7 Varel	Kerstin Sanker
X	Herzsport - mit Rezept	Mittwoch	17:00 - 18:00	Sporthalle Heinz-Neukäter-Schule,	Dr. Warns
X	- Hockergruppe	Mittwoch	17:00 - 18:00	Oldenburger Str. 7 Varel	Marlene Schröder
X	- Übungsgruppe	Mittwoch	18:00 - 19:00		Martina Geisthard
X	- Trainingsgruppe	Mittwoch			Carmen Köster
X	Männersportgruppe im Gesundheitssport ab Mi. 9.6.21	Mittwoch	19.00 - 20.00	Sporthalle Heinz-Neukäter-Schule, Oldenburger Str. 7 Varel	Inse Wiechmann
X	Diabetessportgruppe	Montag	17.00 - 18.00	Sporthalle Grundschule Osterstr. Varel	Marlene Schröder

\* Sporthalle Plaggenkrugstr. zurzeit wegen Sanierung geschlossen