

SG Teuto Handball Große Sporthalle Niedermark

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Montag	16.30 - 18.00 Uhr	MJD	Louisa Hehmann, Katja Shestakova
Montag	18.10 - 19.30 Uhr	MJA	Thomas Determann, Veith Vollmer, Finn Gausmann
Dienstag	16.30 - 17.30 Uhr	MJF	Alina Schönhoff, Simon Garske
Dienstag	17.40 - 19.00 Uhr	MJB	Katharina Masch, Lea Wessel
Dienstag	20.00 - 21.30 Uhr	1. Herren	Sascha Wöllmer
Mittwoch	16.00 - 17.00 Uhr	Minis	Dirk Maschkötter, Sina Bressert
Mittwoch	17.10 - 18.30 Uhr	WJD	Marc Stelke, Michael Dierker, Franziska Maschkötter
Mittwoch	18.40 - 20.00 Uhr	3. Damen	Patrick Pieper, Laura Hehmann
Mittwoch	20.10 - 21.30 Uhr	2. Herren	Dominik Schulte to Bühne
Donnerstag	17.00 - 18.30 Uhr	WJE	Thomas Grave, Lana Kaufmann, Jule Hindersmann, Zoe Hentschel
Freitag	16.30 - 17.50 Uhr	WJB	Christian Obermeyer, Jonas Hehemann
Freitag	18.00 - 19.20 Uhr	2. Damen	Dirk Maschkötter, Erik Serode
Freitag	19.30 - 21.00 Uhr	1. Damen	Christoph Griefingholt, Manfred Boss

Badminton Spvg. Niedermark

Große Sporthalle Niedermark

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Montag	20.00 – 22.00 Uhr	Badminton	Mattias Baake
Donnerstag	20.30 – 22.00 Uhr	Badminton	Mattias Baake

Seniorenspport Spvg. Niedermark

Große Sporthalle Niedermark

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Dienstag	09.00 – 10.30 Uhr	Gymnastik	Herbert Setzer
Freitag	09.00 – 10.30 Uhr	Gymnastik	Herbert Setzer

Tischtennis Spvg. Niedermark

Kleine Sporthalle Niedermark

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Dienstag	17.00 - 18.30 Uhr	Schü/Ju	Torsten Elixmann
Dienstag	18.30 - 22.00 Uhr	Da/He	Torsten Elixmann
Freitag	18.00 - 20.00 Uhr	Schü/Ju	Torsten Elixmann
Freitag	20.00 - 22.00 Uhr	Da/He	Torsten Elixmann

Turnen / Tanz Spvg. Niedermark

Kleine Sporthalle Niedermark

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Montag	19.15 – 20.15	Latin dance	Kerstin Steinhake, ab 8. Juni 2020

Turnen Spvg. Niedermark

Bürgerhaus Natrup-Hagen

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Freitag	16.30 - 18.00 Uhr	Yoga	Thomas Feldmann ab 19.06.2020

Turnen Spvg. Niedermark

Outdoor - Plan Schulhof Gellenbeck

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Dienstag	19.00 - 20.00 Uhr	BBP/Skigym.	Ines Wiedermann
Mittwoch		Kindertanz	Friederike Thiemann, Sophia Schmidt
Mittwoch	19.00 - 20.00 Uhr	HIIT	Ines Wiedermann
Mittwoch	16.30 – 17.50 Uhr	Sportabzeichen Kinder	Jefim Okup
Mittwoch	18.00 – 19.00 Uhr	Fitness-Gym. Frauen	Jefim Okup
Donnerstag	15.00 – 15.50 Uhr	Leichtathletik 8-12	Jefim Okup
Donnerstag	16.00 – 17.00 Uhr	Turnen 8-12 Jahre	Jefim Okup

Turnen Kooperation Spvg. Niedermark / Hagener SV Fit über 50

Outdoor - Plan

Sportplatz Im Stern

(bei Regen findet der Sport in der großen Sporthalle Niedermark, bitte eigene Matte mitbringen)

Wochentag	Zeit	Mannschaft	Übungsleiter
Mittwoch	09.00 – 09.45 Uhr	Fit ü 50 Gruppe A	Regina Hestermeyer-Mazegga
Mittwoch	10.00 – 10.45 Uhr	Fit ü 50 Gruppe B	Regina Hestermeyer-Mazegga