



Trainingskalender der Breitensportabteilung 2026/27



	Trainingszeit	Sportart	ÜbungsleiterIn	Trainingsort
Montag	9:00 – 10:00	Rund um Fit	Jürgen Steffens	BQA Sporthalle
	10:00 - 11:00	am Vormittag		
	16:30 – 18:00	Gymnastik für Paare	Kerstin Pschipsch	BQA Gymnastikraum
	19:00– 20:00	Fit & Fun Frauenfitness	Vanessa Idel	BQA Sporthalle
Mittwoch	9:30 – 10:45	Frauengymnastik am Vormittag	Anke Brauckmann	Mannesmann Halle
Donnerstag	15:00 -16:30	Locker vom Hocker	Kerstin Pschipsch	BQA Gymnastikraum
	16:30 – 18:00	Gymnastik mit Kerstin	Kerstin Pschipsch	BQA Gymnastikraum
	16:00- 17:15	Präventionskurse	Jürgen Steffens	BQA Sporthalle
	17:30 -18:30	Rund um Fit am Nachmittag	Jürgen Steffens	BQA Sporthalle
	18:30 -19:45	All-Inklusiv	Andreas Lokowandt Kerstin Hegel- Striedel	BQA Sporthalle
	18:30 – 20:00	Spiel und Sport für Männer	Andreas Inderhees	Erlenschule / Halle
	18:00 -19:15	Gymnastik mit Susanne	Susanne Jabs	Holzkamphalle
	20:00 – 21:30	Badminton/ Hobbygruppe	Andreas Lockowandt	BQA Sporthalle
	10:00 -12:00	Nordic Walking	Silke Idel	Parkplatz Herrenholz
	9:15 – 9:45 9:45 – 11:00	Tai Chi Anfänger Tai Chi Geübte baut aufeinander auf	Anke Brauckmann	BQA Gymnastikraum

Kontakte der ÜbungsleiterInnen findet ihr auf der Breitensportseite unserer Homepage