

Angebot für Erwachsene

Gruppe	Sportangebot	Tag/Zeit	Ort	Trainer*innen
Fit & Aktiv Frauen ab 55 Jahre	Flottes Aufwärmen, Rückendschonende Gymnastik mit/ohne Handgeräte und mehr	Montag 19:30 – 21:00 Uhr	Jakobushalle	Gerda Mergner Karin Nistroj
Die Schwungvollen Frauen ab 55 Jahre	Flottes Aufwärmen, Rückendschonende Gymnastik mit/ohne Handgeräte und mehr	Donnerstag 19:30 – 21:00 Uhr	Rosa-Parks-Halle	Gerda Mergner Karin Nistroj
Frauen-Fun-Fit Frauen 30 - 70 Jahre	Buntes Programm an Fitness und Gymnastik	Donnerstag 18:00 – 19:30 Uhr	Jakobushalle	Ingeborg Seliger Andrea Hosrtmann
Mädchen Beine Hoch Frauen 65 - 85 Jahre	Gymnastik mit Bällen, Bändern und weiteren Handgeräten	Dienstag 16:30 – 18:00 Uhr	Jakobushalle	Barbara Scheffer
DöÜwel-Dancers Frauen ab 60 Jahre	Linedance	Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr	Jakobushalle	Regina Bahr
Jeder MANN Turnen Männer ab 60 Jahre	Stretching, Prellball und viele Übungen in der Gruppe	Mittwoch 19:30 – 22:00 Uhr	Jakobushalle	Barbara Scheffer

Wichtiger Hinweis

Die Sportgruppen des TVE können ohne Vorkenntnisse besucht werden.

Bei uns steht der Spaß am Sport in der Gruppe im Vordergrund.

Sollten Sie Fragen zum Angebot haben kontaktieren Sie uns bitte unter breitensport@tv-ennigerloh.de.

Zwecks Bearbeitung Ihrer Anfrage teilen Sie uns bitte direkt folgende Angaben mit:

- ➔ Geschlecht
- ➔ Geburtsdatum
- ➔ Gruppe für die Interesse besteht