


Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Zeit
vormittags		09:45 - 11:15 KITA HELLI	09:45 - 11:15 KITA HELLI	09:45 - 11:15 KITA HELLI	09:30 - 11:00 Aktiv im besten Alter LA-Training Männer AÜ: Horst Schneider	frei frei	09:00 - 11:00 Kraft & Fitness Horst Schneider / Henning Sohler (n. Absprache)	vormittags
12:30	frei	frei	frei	frei	frei	frei		12:30
13:00	frei	frei	frei	frei	frei	frei		13:00
13:30	frei	frei	frei	frei	frei	frei		13:30
14:00	frei	frei	frei	14:00 - 16:00 Altersturner Ü: Burkhard Wagener A: Reinhard Busch	frei	frei		14:00
14:15	frei	frei	frei	frei	frei	frei		14:15
14:30	frei	14:30 - 15:30 DRK Seniorengymnastik Elke Stötzel	frei	frei	frei	frei		14:30
14:45	frei	frei	frei	frei	frei	frei		14:45
15:00	15:00 - 16:00 Pamperszwerge / Krabbel- Gruppe (bis 3 Jahre) Lena Dornhöfer / Carina Krämer	frei	frei	frei	frei	15:00 - 22:00 Tischtennis Spieltag Herren (Meisterschaftsspiele)		15:00
15:15	frei	frei	frei	frei	frei	ggf. Veranstaltungen gemäß		15:15
15:30	16:15 - 17:15 Eltern-Kind-Turnen (3 - 4 Jahre) Silvia Horn / Anna Roth	frei	16:00 - 17:30 Schüler LA 8 - 12 Jahre Ü: Julia Knoche / Maren Menn	frei	16:00 - 17:15 (1.-3. Freitag i.M.) Kinderturnen Rasselbande 5 - 7 Jahre Ü: Ju. Knoche, St. Horn, Ma. Menn ÜH: Paula, Anna, Hendrik, Lena	ggf. Veranstaltungen gemäß		15:30
15:45	frei	frei	frei	frei	frei	Veranstaltungskalender	15:45	
16:00	frei	frei	frei	frei	frei		16:00	
16:15	frei	frei	frei	frei	frei		16:15	
16:30	frei	frei	frei	frei	frei		16:30	
16:45	frei	frei	frei	frei	frei		16:45	
17:00	frei	frei	frei	frei	frei		17:00	
17:15	frei	frei	frei	frei	frei		17:15	
17:30	frei	17:30 - 19:15 Cross-Age-Fit	17:30 - 19:00 Jugend LA	frei	17:15 - 19:15 Sky Dancer AÜ: Nele Schlabach / Ü: Hannah Klotz		diverse Kursangebote	17:30
17:45	frei	Ü: Elke Stötzel Ü + A: Carola Schmitt	Ü: Felix Menn Ü: Oliver Schmitt	18:00 - 19:30 Tischtennis Hobby alle Klassen Ü: Thomas Siebert Markus Stockmann	17:15 - 18:15 8 - 12 Jahre 18:15 - 19:15 ab 12 - 18 Jahre 19:00 - 20:00		siehe Aushang bzw. Internetseiten	17:45
18:00	18:00 - 20:00 Faustball Ü: Axel Neus	19:15 - 20:30 Prellball Ü: / A: Thomas Schüttler ab 19:00 Fitnessraum	19:00 - 20:30 Fitness First Ü: O. Schmitt / P. Stötzel / C. Menn	ab 19:30 Tischtennis Training und Spieltag	Leichtathletik*) Juliane Scheel			18:00
18:15	frei	20:30 - 22:00 Dienstagsmänner Leichtathletik, K+F, Spiele, ... Ü: Horst Schneider / Andreas Roth A: Henning Sohler ab 19:30 Fitnessraum im Sommer ab 19:30 h (Sportplatz)	20:30 - 22:00 Mittwochturnerinnen Ü: Helga Herrmann A: Inge Schlabach ab 20:00 Fitnessraum	Herren (Meisterschaftsspiele) Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann	Freitagsturnerinnen Gymnastik, Fitness, ... Ü: Juliane Scheel A: Ulrike Roth			18:15
18:30	frei	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	19:00 - 20:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn				18:30
18:45	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						18:45
19:00	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						19:00
19:15	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						19:15
19:30	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						19:30
19:45	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						19:45
20:00	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						20:00
20:15	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						20:15
20:30	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						20:30
20:45	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						20:45
21:00	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						21:00
21:15	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						21:15
21:30	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						21:30
21:45	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						21:45
22:00	20:00 - 22:00 Tischtennis Ü: Michael Roth A: Markus Stockmann (Meisterschaftsspiele)	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn						22:00
andere extern, etc. K & F	17:00 - 18:30 Kraft & Fitness Fitnessraum Ü: Ralf Sohler	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	19:00 - 20:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn		09:00 - 10:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:30 - Ende offen Renntag (Sommerhalbjahr) *) telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	andere extern, etc. K & F Radfahren
Walking	18:00 - 19:30 Walking / Nordic Walking A: Sandra Stötzel Ü: Rüdiger Fuhr / Sandra Stötzel	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	19:00 - 20:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn		09:00 - 10:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:30 - Ende offen MTB (Winterhalbjahr) **) telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	Schwimmen
Wandern	18:00 - 19:30 Walking / Nordic Walking A: Sandra Stötzel Ü: Rüdiger Fuhr / Sandra Stötzel	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	19:00 - 20:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn		09:00 - 10:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:30 - Ende offen MTB (Winterhalbjahr) **) telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	Fußball
Lauftreff OL	18:30 - Ende offen Lauftreff Marktplatz Hilchenbach	nach Absprache Sportabzeichenabnahme Sportplatz Helberhausen Ü: Horst Schneider	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	18:30 - 20:00 Laufbahn-Training Sportplatz Hilchenbach Ü: Juliane Scheel / Wolfgang Fuchs	19:00 - 20:00 Leichtathletik / Lauftreff Turnhalle *) Training fürs Sportabzeichen Ü: Juliane Scheel	nach Absprache Lauftreff / langer Lauf Ü: U. Menn / J. Scheel / W. Fuchs	*) Dönerhütte Hilchenbach **) Treffpunkt nach Absprache	Lauftreff OL
Sportabzeichen	Ü: Thomas Lips	nach Absprache Sportabzeichenabnahme Sportplatz Helberhausen Ü: Horst Schneider	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	18:30 - 20:00 Laufbahn-Training Sportplatz Hilchenbach Ü: Juliane Scheel / Wolfgang Fuchs	19:00 - 20:00 Leichtathletik / Lauftreff Turnhalle *) Training fürs Sportabzeichen Ü: Juliane Scheel	nach Absprache Lauftreff / langer Lauf Ü: U. Menn / J. Scheel / W. Fuchs	A: Lauftreffs: Markus Plett	Sportabzeichen