

Angebot	Ort	Trainingszeiten		Übungsleitung	
Bauch und stretch complete body workout	NH*	Montag	18.30-19.00 h	Carolin Steen Tel. 0173/7346298	
	NH*	Montag	19.00-20.00 h		
Bodyforming	NH*	Mittwoch	19.00-20.00 h	Carolin Steen Tel. 0179/3290239	
Fit for fun, Damen Fit for fun, gem. Gruppe	AH*	Dienstag	19.00-20.00 h	Sabine Lemburg Tel. 0431/16513	
		Donnerstag	18.30-19.30 h		
Fitness - Ballspiele gem. Gruppe ab 30	AH*	Dienstag	20.00-20.30 h	Sabine Lemburg Tel. 0431/16513	
Richtig fit ab 60	AV*	Donnerstag	10.15-11.15 h	Carolin Steen Tel. 0173/7346298	
Fit forever	AV*	Dienstag	09.30-10.30 h	Irmgard Janssen Tel. 0431/6913035	
		Donnerstag	09.15-10.15 h		
Zumba f. Jugendl. + Erw.	AV*	Freitag	17.00-18.00 h	Jana Rudolph Tel. 0171/8732683	
Zumba gold	AV*	Mittwoch	10.30-11.30 h	Anila Lasku Tel. 1520/8802046	
Rücken-Power-Workout	AV*	Montag	17.30-18.30 h	Tina Mohr-Jonca Tel. 0431/690809	
		Montag	18.30-19.30 h		
		Mittwoch	18.00-19.00 h		
Rücken-Power-Workout Out- / Indoor	AV*	Dienstag	15.00-16.00 h 16.00-17.00 h	Tina Mohr-Jonca Tel. 0431/690809	
Hatha-Yoga	AV*	Mittwoch	09.15-10.15 h	Waltraud Aue Tel. 0431/68 19 49	
		Mittwoch	19.00-20.30 h		
		Dienstag	17.30-18.45 h		
Oigong	AV*	Montag	19.45-20.45 h	Dirk Berger Tel. 0431/6474509	
Tanzen Paare	AV*	Freitag	18.30-19.30 h	Sven Neulinger Tel. 0179/7177447	
Jazztanz	AV*	Donnerstag	19.00-20.00 h	Anja Koall Tel. 0431/3867935	
Badminton	NH*	Mittwoch	20.00-22.00 h	Gunnar Nanz Tel. 0431/210 76 43	
Einradhockey	NH*	Dienstag	18.00-20.00 h	Kay Herzig Tel. 0431/20509452	
Volleyball Damen	NH*	Dienstag	20.00-22.00 h	Jonas Reum, 1. Damen Tel. 0157/83775565 Tom Retzlaff, 2. Damen Tel. 0431/62687	
	AH*	Donnerstag	19.30-22.00 h		
Tennis		Auskünfte über Abteilungsleiter		Franz Klapproth Tel. 0431/ 781882	
Tischtennis	AH*	Montag	19.30-22.00 h	Ragnar Loreit Tel. 0431/69 84 78	
		Mittwoch	19.30-22.00 h		
		Freitag	19.30-22.00 h		
Basketball	NH*	Freitag	20.00-22.00 h		
Walking Football	NH*	Mittwoch	18.00-19.00 h	Lutz Kahle Tel. 0170/1200313	
Fußball 1. Frauen (Oliver Axt) 2. Frauen (Mareike Werner) 1. Herren (Thomas Schwantes)		siehe Extrablatt		Tel. 0176/22853430 Tel. 0176/34913759 Tel. 0176/32932565	
	Walking Treffpunkt	AV*	Montag	09.00-10.00 h	Luise Boysen Tel. 0431/ 6969 751
			Dienstag	09.00-10.00 h	
Freitag			09.00-10.00 h		
AH* = Alte Sporthalle Russeer Weg 11-13, 24111 Kiel		NH* = Neue Sporthalle Russeer Weg 11-13, 24111 Kiel		AV* = Altes Vereinsheim Rendsburger Landstr. 301, 24111 Kiel	