Sportangebote Ü 60 in Herbede



Foto: Andrea Bowinkelmann, LSB NRW

Hammerthaler SV 1891 e.V.

www.hammerthaler-sv.de, Tel. 02324 33666, E-Mail: info@hammerthaler-sv.de

Alle Angebote finden in der Turnhalle der Buchholzer Schule, Buchholzer Str. 37 statt.

Aktiv-fit-Gymnastik

Montag, 20.00-21.00 Uhr

60-Plus

Mittwoch, 19.00-20.00 Uhr

KSV Witten 07 e. V.

www.ksv-witten.de, Tel. 82425, E-Mail: info@ksv-witten.de

Aqua-Fitness

Frauen und Männer 50+

Dienstag, 18.00 Uhr im Lehrschwimmbecken Buchholz, Buchholzer Str. 37

PV Triathlon e.V.

www.triwit.de, Tel. 878628, E-Mail: kontakt@triwit.de

Joggen im Wohlfühltempo

Mittwoch, 18.45 Uhr – 19.45 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz am Hammerteich

Turngemeinde Herbede 1926 e.V.

www.tg-herbede.de, Tel. 02324 30668, E-Mail: info@tg-herbede.de

Sport für Ältere

Montag, 17.00-18.30 Uhr in der Turnhalle der Hardenstein Gesamtschule, An der Wabeck 4

Aerobic

Mittwoch, 19.00-20.15 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr.4

Gymnastik Frauen

Dienstag, 17.30-19.00 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr. 4 **Gymnastik Männer**

Freitag, 20.00-21.30 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr. 4 **Gymnastik für SIE und IHN**

Freitag, 16.00 – 17.30 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr. 4 **Nordic Walking**

Mittwoch, ab 9.00 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz am Freizeittreff Herbede, Zeche-Holland-Str. 6

Rhytmische Gymnastik für Frauen

Dienstag, 20.00-21.30 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr. 4 **Rückenschulung– Sport in Prävention-**

Montag, 18.30-20.00 Uhr in der Turnhalle der Hardenstein Gesamtschule, An der Wabeck 4

Schwimmen Er & Sie

Donnerstag, 17.00-19.00 Uhr

Lehrschwimmbecken Buchholz, Buchholzer Str. 37

Schwimmen (türkische Schwimmgruppe)

Mittwoch, 17.00-19.00 Uhr und Freitag 19.00-21.30 Uhr im Lehrschwimmbecken Buchholz, Buchholzer Str. 37

Wandern

Termin: siehe Wanderplan

Treffpunkt: immer 10.00 Uhr an der Gerberstraße in Herbede

Yoga

Mittwoch, 20.30-21.30 Uhr in der Turnhalle der Herbeder Grundschule, Wilhelmstr. 4

TuS Witten-Stockum 1945 e.V.

www.tus-witten-stockum.de, Tel. 43183

Aqua Gymnastik

Donnerstag, im Lehrschwimmbecken Buchholz, Buchholzer Str. 37

TV Durchholz 1919 e.V.

www.tvdurchholz.de, E-Mail: info@tvdurchholz.de

Alle Angebote gelten für Frauen und Männer

Aerobic

Dienstag, 20.00-21.00 Uhr in der Turnhalle der Kämpenschule, Kämperfeld 21

Folklore und Square-Dance

Dienstag, 9.30-11.00 Uhr in der Horst-Schwartz-Halle, Vormholzer Ring 56

Gymnastik, Turnen und Spiel

Montag, 19.30-21.30 Uhr in der Horst-Schwartz-Halle, Vormholzer Ring 56

Rückenschule

Dienstag, 18.00-19.00 Uhr in der Turnhalle Kämpenschule, Kämperfeld 21 Freitag, 14.30-15.30 Uhr in der Sporthalle Vormholz

Seniorengymnastik (Gymnastik mit Spiel und Tanz)

Montag, 15.00-16.30 Uhr in der Horst-Schwartz-Halle, Vormholzer Ring 56

Step-Aerobic

Freitag, 19.00-20.00 Uhr in der Horst-Schwartz-Halle, Vormholzer Ring 56

Wassergymnastik

Mittwoch, 15.30-17.00 Uhr im Lehrschwimmbecken Buchholz, Buchholzer Str. 37