

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Angebote, die in der Mehrzweckhalle in Bovenau stattfinden</b>				
Turnen KiTa - Ostenfeld Oktober – März ca. 10.00 – 12.00 Uhr Silke Marks	<b><u>Eltern-Kind-Turnen (SV)</u></b> <b>9.15 – 10.30 Uhr</b> <b>Gunda Kröger</b> <b>0174/6379345</b>	Kindergartenturnen (AWO) November – März 10.00 - 12.00 Uhr 04334/1227	Kindergartenturnen (AWO) November – März 10.00 - 12.00 Uhr 04334/1227	<b><u>Step+ Body-Forming (SV)</u></b> <b>9.00 -10.00 Uhr</b> <b>Christine Prieß 04334/910</b> <b>Marion Feulner 04334/936</b> <b>im Wechsel</b>
<b><u>Eltern-Kind-Turnen (SV)</u></b> <b>15.00 – 16.00 Uhr</b> <b>Christin Nördemann</b> <b>04331/9451645</b>	<b><u>Turnen 3-6 Jahre ohne Eltern (SV)</u></b> <b>15.00-16.00 Uhr</b> <b>Meike Hinrichsen</b> <b>04334/1439736</b>	Selbstverteidigung (kein SV) 5 - 10 Jahre 14.30 - 15.30 Uhr Nils Hadenfeld 04331/770719	Kindergartenturnen (AWO) Nachmittagsgruppe 14.00-16.30 Uhr Christa Ehlers 04334/1227	
	<b><u>Geräte / Bodenturnen I für Kinder + Jugendliche (SV)</u></b> <b>Grundlagentraining</b> <b>16.15 – 17.30 Uhr</b> <b>Katherina Knothe</b> <b>0178/3250040</b>	Selbstverteidigung (kein SV) 10 - 15 Jahre 15.30 - 16.30 Uhr Nils Hadenfeld 04331/770719	<b><u>Fit bis ins hohe Alter (SV)</u></b> <b>Gesundheitssport für Senioren</b> <b>16.15 – 17.15 Uhr</b> <b>Canan Tufan</b> <b>04334/189877</b>	<b><u>Geräte /Bodenturnen für GrundschulKinder (SV)</u></b> <b>Grundlagentraining</b> <b>16:00 – 17:00 Uhr</b> <b>Swantje Struck</b> <b>0162/4656863</b>
<b><u>Zirkel- und Intervall-Training (SV)</u></b> <b>17:15 – 18:15 Uhr</b> <b>Angela Glagla</b> <b>0162/9285244</b>	<b><u>Geräte / Bodenturnen II für Kinder + Jugendliche (SV)</u></b> <b>Aufbautraining</b> <b>17.30 – 18.45 Uhr</b> <b>Anne Dinser</b> <b>0160/97042261</b>		<b><u>Rückenfit (SV)</u></b> <b>Gesundheitssport</b> <b>17.30 - 18.30 Uhr</b> <b>Regina Schertz</b> <b>04334/482</b>	
<b><u>Starke Männer (SV)</u></b> <b>18.30 - 19.30 Uhr</b> <b>Angela Glagla</b> <b>0162/9285244</b>	<b><u>Pilates (SV)</u></b> <b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <b>Marion Feulner</b> <b>04334/936</b>	<b><u>Zumba (SV)</u></b> <b>18.15 - 19.00 Uhr</b> <b>Christine Prieß</b> <b>04334/910</b>	<b><u>Zumba (SV)</u></b> <b>18.30 -19.30 Uhr</b> <b>Angela Glagla</b> <b>0162/9285244</b>	
<b><u>Tischtennis-Erwachsene</u></b> <b>Ab 19.30 Uhr (SV)</b> <b>Andreas Liebsch</b> <b>04334/1376</b>		<b><u>Step und mehr (SV)</u></b> <b>19.10 – 20.15 Uhr</b> <b>Christine Prieß</b> <b>04334/910</b>	<b><u>Tischtennis-Erwachsene</u></b> <b>Ab 19.30 Uhr (SV)</b> <b>Andreas Liebsch</b> <b>04334/1376</b>	

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Sonntag</b>
<b>Angebote außerhalb der Mehrzweckhalle in Bovenau</b>					
<u><b>Nordic Walking (SV)</b></u> 10.00 Uhr Regina Schertz 04334/482			<u><b>Nordic Walking (SV)</b></u> 10.00 Uhr Regina Schertz 04334/482	<u><b>Schwimmen für Anfänger (SV)</b></u> Ab ca. 5 Jahre 16.00 Uhr Regina Schertz 04334/482	
<u><b>Laufgruppe (SV)</b></u> Start Ecke Ahornallee / RD-Straße Christine Prieß Tel. 04334/910			<u><b>Laufgruppe (SV)</b></u> Start Ecke Ahornallee / RD-Straße Christine Prieß Tel. 04334/910		
	<u><b>Fußball -Herren (SV)</b></u> 19.00 -21.00 Uhr Sportplatz Bovenau Philipp Heringhaus 04331/93468			<u><b>Fußball -Herren (SV)</b></u> 19.00 -21.00 Uhr Sportplatz Bovenau Philipp Heringhaus 04331/93468	
	<u><b>Mädchen und Frauen- Fußball Osterr./ Bredenbek /Bovenau (SV)</b></u> 19.00 -20.30 Uhr Sportplatz Bovenau Jannik Maas 0157 86745992		<u><b>Mädchen und Frauen- Fußball Osterr. / Bredenbek /Bovenau (SV)</b></u> 19.00 -20.30 Uhr Sportplatz Bovenau Jannik Maas 0157 86745992		

**Alle Fußball-Jungs in verschiedenen Spielgemeinschaften von G-A-Jugend:**  
Auskünfte über unseren Jugendfußballobmann Malte Lilienthal Telefon 0170 2167143