



SPORTANGEBOT

www.mtv-waltringhausen.de

Willkommen

MTV

WALTRINGHAUSEN

Instagramm: [mtv_waltringhausen](https://www.instagram.com/mtv_waltringhausen)
Facebook: [Sportverein_Waltringhausen](https://www.facebook.com/Sportverein_Waltringhausen)



MONTAG

Gymnastik

Gemischte Gruppe (Da +He)

Montag 17.00 – 18.00 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiterin: Mechthild Gümmer

Ansprechpartnerin: Mechthild Gümmer

Mechthild Gümmer Tel. 05723 1211

Spartenleitung:

Barbara Kisser: 05723 5819



Gymnastik Damen:

Montag 18.00 – 19.00 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiterin: Mechthild Gümmer

Ansprechpartnerin: Mechthild Gümmer

Mechthild Gümmer Tel. 05723 1211

Spartenleitung:

Barbara Kisser: 05723 5819

Hobby - Soccer:

Montag 20.00 – 21.30 Uhr

Ort: Große Sporthalle

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Karlheinz Garbe

Tel. 0157-580 911 63



DIENSTAG

Taekwondo:

Dienstag 17.00 – 17.45 Uhr

Dienstag 17.45 – 18.45 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiter:

Damon Mackowski

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Damon Mackowski/Annika Mackowski

Tel. 01734141610



Die aus Korea stammende, waffenlose Kunst der Selbstverteidigung kann von Sportlern jeden Alters (ab ca. 5 Jahren) und beiderlei Geschlechts mit Begeisterung ausgeübt werden.



Yoga:

Dienstag 18.45 – 20.00 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiterin: Joanna Knefel

Ansprechpartner:

Joanna Knefel: Tel.01781337984

weitere Ansprechpartner:

Barbara Kisser: 05723 5819

MITTWOCH

Yoga:

Mittwoch 18.00 – 19.15 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiterin: Sabine Nolte

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Sabine Nolte Tel. 05723 9085714

Der körperbezogener Hatha-Yoga

ist ein ganzheitlicher Übungsweg mit dem Ziel der Harmonie von Körper, Geist und Seele.

Aerobic /Workout

Workout-Step-Kräftigung

Mittwoch 19.30-20.30 Uhr

Ort: Radbach-Treff

Übungsleiterinnen:

Yvonne Hecht + Sabine Sonntag

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Barbara Kisser: 05723 5819

DONNERSTAG

Zumba:

WIE EINE PARTY, INCLUSIVE WORKOUT

Donnerstag 19.15 – 20.15 Uhr

Ort: Radbach -Treff

Übungsleiterin: Lisa Hoyer

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Barbara Kisser: 05723 5819

Tel. 01734141610

FREITAG

Taekwondo:

Freitag: 15.00 – 16.30 Uhr

Ort: Große Sporthalle

Übungsleiter:

Damon Mackowski

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Damon Mackowski/Annika Mackowski

Tel. 01734141610



FREITAG

Kinderturnen

Freitag 15.15 - 16.15 Uhr

Ort: Große Sporthalle

Übungsleiterin: Stephanie Bentlage

Ansprechpartnerin:

Stephanie Bentlage

Tel.: 017620910252

Spartenleitung:

Barbara Kisser: 05723 5819



Gymnastik Herren:

(Alt-Herren Gymnastik / Faustball)

Freitag 17:00 - 18:30 Uhr

Ort: Große Sporthalle

Ansprechpartner/ Spartenleitung:

Fritz Varwig

Tel. 05723 1067



Badminton:

Freitag 18.30 – 22.00 Uhr

Ort: Große Sporthalle

Ansprechpartner/Spartenleitung:

Jaczek Piskon

Tel. 0172-450 9916



SONSTIGES

Leichtathletik:

Sportabzeichentreff

1 x monatlich 1. Montag ab 17.30 Uhr

Ort: Sportplatz

Mai / Juni / Juli / August

oder nach Absprache

Spartenleitung: Heidrun Wehrmann

Tel. 05723 5666

Tel. 0171-1554464



Tennis:

Freiluft Saison

Mai-Oktober

Ansprechpartner:

Horst Schwake

