


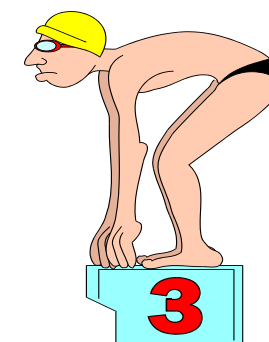


## BTG - SPORTANGEBOT (Stand: Mai 2022)



Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
<b>Gymwelt</b>				
				
Montag	09.00 - 10.00 Uhr	Sanfte Rückenschule	HPH	L. Schoth
	9.00 Uhr, Treffpunkt	Wandern, letzter Montag im Monat		H.-J. Schäfer
	10.00 - 11.30 Uhr	Gymnastiktreff am Vormittag	HPH	I. Kaftan
	18.30 - 19.30 Uhr	Pilates	HPH	K. Spiegel
	19.30 - 21.30 Uhr	Männerfitness	HPH	D. Weber
	18.30 - 20.00 Uhr	Nordic Walking-Power-Lauftreff	Aushang!	B. Scheurlen
Dienstag	09.00 - 10.00 Uhr	Fit und gesund (Rückenkurs)	HPH 	S. Stechert
	10.00 - 11.30 Uhr	Nordic Walking-Lauftreff Treffpunkte lt. Aushang HPH		K. Spiegel
	20.00 - 21.30 Uhr	PowerFitness	HPH	M. Schwanke
Mittwoch	09.00 - 10.00 Uhr	PowerFitness am Vormittag	HPH	G. Rhöse
	10.00 - 11.00 Uhr	Gymnastiktreff am Vormittag	HPH	E. Bardeli
	14.30 - 15.30 Uhr	Reha-Sport Orthopädie	HPH	G. Rhöse
	16.00 - 17.00 Uhr	Fit bis ins hohe Alter	HPH	C. DÜthorn
	17.00 - 18.00 Uhr	Frauengymnastik	HPH	C. DÜthorn
	19.00 - 20.00 Uhr	Funktionales Training	HPH	A. Kotthaus
	19.00 - 20.00 Uhr	Danceit (Kurs)	HHH	A. Kube
Donnerstag	09.00 - 10.00 Uhr	Pilates (Kurs)	HPH	I. Oerder
	10.00 - 11.00 Uhr	Pilates (Kurs)	HPH	I. Oerder
	11.00 - 12.00 Uhr	Reha-Sport Orthopädie	HPH	L. Schoth
	18.00 - 19.00 Uhr	Yoga (Kurs)	HPH	N. Stechert-Thull
	18.00 - 19.00 Uhr	Yogilates (Kurs)	KZH	S. Richartz
	19.00 - 20.00 Uhr	Fit und gesund (Rückenkurs)	HPH 	S. Stechert
	19.00 - 20.00 Uhr	Funktional in Form (Kurs)	KZH	S. Richartz
	20.00 - 22.00 Uhr	Frauengymnastik	HPH	B. Scheurlen
Freitag	09.00 - 10.00 Uhr	Beckenbodengymnastik (Kurs)	HPH	A. Lieb
	10.00 - 11.00 Uhr	Bauch-Muss-Weg (Kurs)	HPH	S. Richartz
	11.00 - 12.30 Uhr	Yoga (Kurs)	HPH	N. Stechert-Thull
	20.30 - 22.00 Uhr	Landfrauen-Gymnastik	HPH	I. Kaftan

## BTG - SPORTANGEBOT (Stand: Mai 2022)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
<b>Kinderturnen / Turnen</b>				
Montag	14.45 - 15.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen I	HPH	I. Gerlach
	15.45 - 16.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen II	HPH	I. Gerlach
	16.45 - 17.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen III	HPH	I. Gerlach
Dienstag	10.00 - 11.00 Uhr	Schnullergruppe (ab 10 Monate)	HPH	S. Boddenberg
	15.00 - 16.00 Uhr	Zwergentanz (ab 4 Jahre)	HPH	E. Kluth
	16.00 - 17.00 Uhr	Funny Dance (ab 6 Jahre)	HPH	E. Kluth
	17.00 - 18.00 Uhr	Videoclip Dance (ab 10 Jahre)	HPH	E. Kluth
Mittwoch	16.00 - 17.30 Uhr	Kinderturnclub Schüler+Schülerinnen	SBH	M. Schwanke / G. Rhöse
Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr	Kinderturnclub Minis I (bis 6 Jahre)	HPH	L. Schoth
	16.00 - 17.00 Uhr	Kinderturnclub Minis II (bis 6 Jahre)	HPH	L. Schoth
<b>Volleyball</b>				
Montag	18.30 - 20.00 Uhr	weibl. Jugend ab 12 Jahre	SBH	C. Holst / L. Guderian
	20.00 - 22.00 Uhr	Mixed-Mannschaft	SBH	R. Sochiera
Dienstag	18.00 - 20.00 Uhr	Hobby-Mixed	HPH	K.-H. Wittek
Mittwoch	17.30 - 19.00 Uhr	weibl. Jugend ab 12 Jahre	SBH	C. Holst / L. Guderian
Donnerstag	17.00 - 18.00 Uhr	Anfänger	HPH	C. Holst
	20.00 - 22.00 Uhr	Herren	TBÖ	R. Sochiera
Freitag	16.00 - 17.30 Uhr	Anfänger	SBH	C. Holst
<b>Schwimmen</b>				
Montag	16.30 - 17.30 Uhr	Anfängergruppe I	LH	M. Brännig / P. Niegeloh
	17.30 - 18.30 Uhr	Anfängergruppe II	LH	M. Brännig / P. Niegeloh
Dienstag	16.15 - 17.15 Uhr	Schwimmkurs	LH	M. Brännig / A. Hein
Mittwoch	15.15 - 16.15 Uhr	Schwimmkurs	LH	M. Brännig / P. Niegeloh
	16.15 - 17.15 Uhr	Anfängergruppe II	LH	M. Brännig / P. Niegeloh
	17.15 - 18.15 Uhr	Fortgeschrittene	LH	M. Brännig / P. Niegeloh
	18.15 - 19.15 Uhr	Leistungsgruppe	LH	M. Brännig / R. Mahl
	19.15 - 20.00 Uhr	Freies Schwimmen	LH	R. Mahl
	20.00 - 20.45 Uhr	Aqua-Fitness (Gruppe I+II im Wechsel)	LH	M. Schwanke



## BTG - SPORTANGEBOT (Stand: Mai 2022)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter		
<b>Judo</b>						
Dienstag	17.45 - 18.45 Uhr	Anfänger U13	Dojo	M. Halfmann		
	19.00 - 21.00 Uhr	Erwachsene	Dojo	S. Keles		
Mittwoch	20.00 - 21.30 Uhr	Judo-Gymnastik für Erwachsene	HPH	S. Keles		
Donnerstag	17.15 - 18.15 Uhr	Kinder U10	Dojo	K. Luther / M. Halfmann		
	18.15 - 19.45 Uhr	Jugendliche U15	Dojo	K. Zimmermann / M. Halfmann		
Freitag	16.00 - 17.00 Uhr	Kinder U10	HPH	S. Keles / M. Halfmann		
	17.00 - 18.00 Uhr	Jugendliche U13	HPH	S. Keles / M. Halfmann		
	18.00 - 19.00 Uhr	Jugendliche U 15	HPH	S. Keles / M. Halfmann		
<b>Basketball</b>						
Montag	20.00 - 22.00 Uhr	Hobby-Basketball Erwachsene	SBH	C. Spiegel		
<b>Ballspiele</b>						
Montag	17.15 - 18.30 Uhr	Fußball - Hobby	SBH	G. Jaschinski		
	19.00 - 20.30 Uhr	Ballspiele	HPH	K. Cromm		
<b>Leichtathletik / Sportabzeichen</b>						
Montag	18.00 - 20.00 Uhr	Sportabzeichentraining	SP	I. Kaftan u. Helfer	(April - September)	
Dienstag	17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 6 Jahre)	SP	F. Butz	(März - Oktober)	
	17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 6 Jahre)	JLG	F. Butz	(Oktober - März)	
Mittwoch	17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 12 Jahre)	SP	F. Butz	(März - Oktober)	
	17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 12 Jahre)	KZH	F. Butz	(Oktober - März)	
<b>Sportkegeln</b>						
Dienstag	16.00 - 20.00 Uhr	Sportkegeln	SBH	D. Gallas		
Donnerstag	16.00 - 20.00 Uhr	Sportkegeln	SBH	D. Gallas		

## BTG - SPORTANGEBOT (Stand: Mai 2022)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
<b>Badminton</b>				
Freitag	17.00 - 18.30 Uhr	Badminton Jugendliche	SBH	H. Hoffschulz
	19.00 - 21.00 Uhr	Badminton Erwachsene	SBH	T. Müllers
<b>Trainingszeiten der Bergischen Panther (Handball) erfahren Sie unter <a href="http://www.bergishepanther.de">www.bergishepanther.de</a></b>				

Burscheid: SBH = Halle auf dem Schulberg, HPH = Hugo-Pulvermacher-Halle, SP = Sportplatz Griesberg,

Dojo = Höhestraße, LH=Lehrschw.becken Bursch. Bad, TBÖ=Turnhalle Am Weidenweg, JLG=Turnhalle Joh-Löh-Gesamtschule