

BTG - SPORTANGEBOT (Stand: November 2024)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
Gymwelt				
				
Montag	09.30 - 10.30 Uhr	Sanfte Rückenschule	HPH	L. Schoth
	9.00 Uhr, Treffpunkt	Wandern, letzter Montag im Monat		H.-J. Schäfer
	10.30 - 11.30 Uhr	Gymnastiktreff am Vormittag	HPH	I. Kaftan
	17.30 - 18.30 Uhr	Step-Aerobic	JLG	N. Volchak
	17.30 - 18.30 Uhr	Pilates (Kurs)	HPH	J. Schneck
	18.30 - 19.30 Uhr	Pilates (Kurs)	HPH	K. Spiegel
	19.30 - 21.30 Uhr	Männerfitness	HPH	NN
	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
	11.00 - 12.00 Uhr	Landfrauen-Gymnastik	HPH	E. Bardeli
	10.00 - 11.30 Uhr	Nordic Walking-Lauftreff (Treffpkt. lt. Aushang)		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
	18.00 - 19.00 Uhr	Line Dance	HPH	K. Heller
	19.00 - 20.00 Uhr	Funktionales Training	HPH	A. Kotthaus
	20.00 - 21.00 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	Fit und gesund (Rückenkurs)	HPH 	S. Stechert
	18.30 - 19.30 Uhr	Funktional in Form (Kurs)	KZH	S. Richartz
	19.00 - 20.00 Uhr	Fit und gesund (Rückenkurs)	HPH	S. Stechert
	20.00 - 22.00 Uhr	Frauengymnastik	HPH	B. Scheurlen
Freitag	09.00 - 10.00 Uhr	Yogilates (Kurs)	HPH	S. Richartz
	10.00 - 11.00 Uhr	Bauch-Muss-Weg (Kurs)	HPH	S. Richartz
	11.00 - 12.30 Uhr	Yoga (Kurs)	HPH	N. Stechert-Thull
	18.00 - 19.00 Uhr	Step-Aerobic	JLG	N. Volchak
Samstag	10.00 - 11.30 Uhr	Fitnessboxen	HPH	F. Yousif

BTG - SPORTANGEBOT (Stand: November 2024)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
Kinderturnen / Turnen				
Montag	14.30 - 15.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen I	HPH	I. Gerlach
	15.30 - 16.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen II	HPH	I. Gerlach
	16.30 - 17.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen III	HPH	I. Gerlach
	15.30 - 16.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen IV	JLG	N. Volchak
	16.30 - 17.30 Uhr	Eltern-und-Kind-Turnen V	JLG	N. Volchak
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
Donnerstag	15.00 - 16.00 Uhr	Kinderturnclub Minis I (bis 6 Jahre)	HPH	M. Augustin
	16.00 - 17.00 Uhr	Kinderturnclub Minis II (bis 6 Jahre)	HPH	M. Augustin
Volleyball				
Montag	18.30 - 20.00 Uhr	weibl. Jugend ab 16 Jahre	SBH	C. Holst
	20.00 - 22.00 Uhr	Herren (TBÖ/BTG)	SBH	V. Thielert
	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 16 Jahre		
	20.30 - 22.00 Uhr	Herren (TBÖ/BTG)	SBH	A. Schneck
Donnerstag	17.00 - 18.00 Uhr	weibl. Jugend ab 14 Jahre	HPH	C. Holst
	20.00 - 22.00 Uhr	Herren (TBÖ/BTG)	TBÖ	R. Sochiera
Freitag	16.00 - 17.30 Uhr	weibl. Jugend ab 14 Jahre	SBH	C. Holst
Schwimmen				
Montag	16.30 - 17.30 Uhr	Anfängergruppe	LH	U. Wichelhaus / J. Meierjürgen
	17.30 - 18.30 Uhr	Schwimmabzeichen - Kurse	LH	U. Wichelhaus / J. Meierjürgen
Dienstag	16.15 - 17.15 Uhr	Schwimmkurs	LH	M. Brännig / A. Hein
Mittwoch	16.15 - 17.15 Uhr	Schwimmkurs	LH	M. Brännig / A. Hein
	18.15 - 19.15 Uhr	Leistungsgruppe	LH	B. Schneider
	19.15 - 20.00 Uhr	Freies Schwimmen	LH	B. Schneider
	20.00 - 20.45 Uhr	Aqua-Fitness (Gruppe I+II im Wechsel)	LH	M. Schwanke



BTG - SPORTANGEBOT (Stand: November 2024)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter		
Judo						
Dienstag	18.00 - 19.00 Uhr	Anfänger U13	Dojo	K. Zimmermann		
	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 - 18.00 Uhr	Kinder U12	Dojo	K. Luther		
	18.15 - 19.45 Uhr	Jugendliche U15	Dojo	K. Zimmermann / M. Stechert		
Freitag	16.00 - 17.00 Uhr	Kinder U12	HPH	S. Keles		
	17.00 - 18.00 Uhr	Jugendliche U15	HPH	S. Keles		
	18.00 - 19.00 Uhr	Jugendliche U17	HPH	S. Keles		
Basketball						
Mittwoch	20.30 - 22.00 Uhr	Hobby-Basketball Erwachsene	SBH	C. Spiegel		
Ballspiele						
Montag	17.15 - 18.30 Uhr	Fußball - Hobby	SBH	G. Jaschinski		
	19.00 - 20.30 Uhr	Ballspiele	HPH	K. Cromm		
Leichtathletik / Sportabzeichen						
Montag	18.00 - 20.00 Uhr	Sportabzeichentraining	SP	I. Kaftan u. Helfer	(April - September)	
Donnerstag	17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 6 Jahre)	SP	F. Butz	(März - Oktober)	
	17.45 - 19.15 Uhr	Leichtathletik f. Kinder (ab 6 Jahre)	HHH	F. Butz	(Oktober - März)	
Sportkegeln						
Dienstag	16.00 - 20.00 Uhr	Sportkegeln	SBH	D. Gallas		
Donnerstag	16.00 - 20.00 Uhr	Sportkegeln	SBH	D. Gallas		

BTG - SPORTANGEBOT (Stand: November 2024)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Halle	Übungsleiter
Badminton				
Freitag	16.00 - 17.30 Uhr	Badminton Jugendliche (ab 10 Jahre)	SBH	H. Hoffschulz
	17.30 - 19.00 Uhr	Badminton Jugendliche (ab 13 Jahre)	SBH	H. Hoffschulz
	19.00 - 21.00 Uhr	Badminton Erwachsene	SBH	T. Müllers
Trainingszeiten der Bergischen Panther (Handball) erfahren Sie unter www.bergischepanther.de				

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