



# Radevormwalder Turnverein 1859 e. V.

## Trainingszeiten

Stand: 29.11.2016

Abteilung	Tag	Zeit	Turnhalle / Ort	Übungsleiter/In	Telefon
<b>Aerobic (Step)</b>					
Mädchen + Jungen ab 14 J. Damen + Herren	Mo	18:30 – 20:00 Uhr	TH Bredderstraße	Maria Brell	02195-3305
<b>Allround</b>					
Männer 55+	Fr	20:00 – 22:00 Uhr	TH Bredderstraße	Claus Bonekämper Uwe Orzeske	02195-68203 02195-8322
<b>Badminton</b>					
Jungen und Mädchen	Mo	17:00 - 18:30 Uhr	TH Bredderstraße	Marie Hoffmann Nina Voigt	
Jugend ab 12 J.	Fr	18:30 – 20:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Thomas Benkert	02195-689821
Erwachsene	Fr	20:00 – 22:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Oliver Frielingsdorf Arne Kaiser	02195-2353 / 0172-2448309
<b>Basketball</b>					
Erwachsene	Mi	19:00 – 21:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	S. Dimitrijevic	02195-6458
Jungen U 18 J.	Mo	17:00 – 18:30 Uhr	TH Lessingstraße	Dominik Bartsch	02195-4832
Damen + Herren	Mo	19:30 – 20:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Martin Lambeck	0174-2705461
Damen + Herren	Fr	20:00 – 22:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Martin Lambeck	0174-2705461
<b>Faszien Fitness</b>					
Kurs a 10 Std nach Absprache	Mo	17:00 - 18:00	TH Gymnasium (Halle 1) Gymnastikraum	Sieglinde Muß	02195-69335
<b>Fitness für Sie 40+</b>					
Frauen ab 40 Jahre	Mi	20:00 – 21:30 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Antje von der Mühlen	02195-910534
<b>Frauen Aktiv</b>					
Damen	Di	17:30 - 19:00 Uhr	TH Bredderstraße	Sieglinde Muß	02195-69335
<b>Gymnastik und Aerobic</b>					
Damen	Di	19:30 – 21:00 Uhr	TH Bredderstraße	Heike Ronsdorf Angela Büttner	02195-30832 02195-927932
<b>Jedermann</b>					
Basketball ab 30 J.	Mo	20:30 – 22:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Georg Badura	02195-5310
<b>Kegeln</b>					
Damen + Herren	Di	9:30 – 12:00 Uhr	Kegelbahnen Sport & Seminarcenter Jahnstraße	Niedzwiadek	02195-8716
Damen + Herren	Di	14:00 – 16:00 Uhr		Niedzwiadek	
14-tägig für Sportabzeichen	Do	9:30 – 12:00 Uhr		Manfred Kötter	
<b>Männerabteilung</b>					
Herren	Do	20:00 – 22:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Angela Büttner	02195-927932
<b>Prellball</b>					
Mädchen + Jungen ab 16 J. + Erwachsene	Mi	20:00 - 22:00 Uhr	TH Gymnasium (Halle 1)	Lutz Lippert	02195-2080
<b>Sambo</b>					
Erwachsene	Fr	18:30 - 20:00 Uhr	TH Bredderstraße	Hr. Yogoreyenkow	

Anmeldungen und Informationen zu den Übungsstunden erhalten Sie in der Geschäftsstelle des Radevormwalder TV 1859 e.V. oder bei den jeweiligen Übungsleitern. Telefon: (0 21 95) 51 01 • Fax: (0 21 95) 68 41 12 • Geschäftszeiten: Montags von 17:30 Uhr – 19:00 Uhr E-Mail: [info@radevormwaldertv.de](mailto:info@radevormwaldertv.de) • Internet: [www.rtv-rade.de](http://www.rtv-rade.de)

Abteilung	Tag	Zeit	Turnhalle / Ort	Übungsleiter/In	Telefon
<b>Schwimmen RTV / TSV</b>					
Nichtschwimmer	Mo	16:30 – 17:15 Uhr	life-ness	Vanessa Karmann Dieter Grafe	
<b>Sport mit Älteren</b>					
Damen + Herren	Mi	14:30 – 16:00 Uhr	TH Bredderstraße	Uschi Brand	02195-3934
Senioren 60+	Do	14:30 – 16:00 Uhr	TH Bredderstraße	Maria Brell	02195-3305
Bewegung statt „Rosten“ Männer	Di	16:00 – 17:30 Uhr	TH Bredderstraße	Hans-J. Harnischmacher	02195-7939
<b>Tanzen / HIP HOP</b>					
Mädchen + Jungen	Mi	16:00 – 17:00 Uhr	TH Gymnasium (Halle1) Gymnastikraum	Janina Muhs Jessica Fild	0172-2013081
Einsteiger ab 6 Jahren	Mi	17:00 – 18:00 Uhr	TH Gymnasium (Halle1) Gymnastikraum	Janina Muhs Jessica Fild	0172-2013081
Mädchen + Jungen	Mi	18:00 – 19:00 Uhr	TH Gymnasium (Halle1) Gymnastikraum	Janina Muhs Jessica Fild	0172-2013081
Einsteiger ab 6 Jahren					
Mädchen + Jungen					
Fortgeschrittene					
<b>Turnen</b>					
Eltern & Kind 1 – 2 ½ Jahre	Do	16:00 – 17:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Nicole Frieese	02195-9449464
Eltern & Kind 2 ½ – 4 Jahre	Do	15:00 – 16:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Nicole Frieese	02195-9449464
Kinder 4 – 6 Jahre	Mi	16:00 – 17:30 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Nicole Frieese	02195-9449464
Kinder 4 – 6 Jahre	Do	17:00 – 18:30 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Nicole Frieese	02195-9449464
Mädchen Anfänger 6 – 10 J.	Di	16:30 – 18:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Heike Bage	0177-2785035
Jungen Anfänger 6 – 10 J.	Fr	16:00 – 17:30 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Antje von der Mühlen	02195-910534
Mädchen + Jungen ab 10 J. + Erwachsene	Fr	17:30 – 19:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Antje von der Mühlen	02195-910534
<b>Le Parkour</b>					
Mädchen + Jungen ab 14 J. + Erwachsene	Fr	19:00 – 20:30 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Antje von der Mühlen	02195-910534
<b>Trampolin</b>					
„Minis“ ca. 2 – 5 Jahre	Mi	17:00 – 18:15 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Tanja Kowalzik	02191-9344222
Schüler/Innen 6 – 10 Jahre	Mi	17:00 – 18:30 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Daniel Rösgen	0172-5184061
Schüler/Innen 6 – 10 Jahre	Do	17:00 – 19:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Tanja Kowalzik	02191-9344222
Schüler/Innen 10 – 18 Jahre + Leistungsgruppe	Mi	18:30 – 20:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Tanja K. & Daniel R.	02191-9344222
Leistungsgruppe + Leistungsgruppe	Mo	17:00 – 18:30 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Daniel Rösgen	0172-5184061
	Mi	18:30 – 20:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Daniel Rösgen	0172-5184061
Mädchen + Jungen ab 16 J. + Erwachsene	Mi	19:30 – 21:30 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Stefan Conrad	02191-65720
<b>Volleyball</b>					
Mixed Jugend + Erwachsene	Mi	18:00 – 20:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Uschi Brand	02195-3934
Hobby-Mixed „Just for fun“	Mi	20:00 – 22:00 Uhr	TH Realschule (Halle 2)	Uwe Jantke	
<b>Wandern</b>					
14 tägig Damen + Herren	Mo	13:00 – 15:00 Uhr	vor TH Bredderstraße	Horst Konze Erwin Brand Hans Otto Kampmann	02195-7794 02195-3730 02195-68224
<b>Wassergymnastik</b>					
Damen + Herren	Mo	9:15 – 10:15 Uhr	life-ness	Dagmar Golombek	02195-30217
Damen + Herren	Di	16:00 – 17:00 Uhr	life-ness	Dagmar Golombek	02195-30217
Damen + Herren	Fr	18:00 – 19:00 Uhr	life-ness	Dagmar Golombek	02195-30217
<b>Zumba + Zumba Toning</b>					
Zumba Toning ab 12 J. Damen + Herren	Mi	19:00 – 20:00 Uhr	TH Gymnasium (Halle 1) Gymnastikraum	Maria Susanj	02195-8038517 0173-8780966
Zumba ab 12 J. Damen + Herren	Do	19:00 – 20:00 Uhr	TH Carl-Diem-Str.	Maria Susanj	

Anmeldungen und Informationen zu den Übungsstunden erhalten Sie in der Geschäftsstelle des Radevormwalder TV 1859 e.V. oder bei den jeweiligen Übungsleitern. Telefon: (0 21 95) 51 01 • Fax: (0 21 95) 68 41 12 • Geschäftszeiten: Montags von 17:30 Uhr – 19:00 Uhr E-Mail: info@radevormwaldertv.de • Internet: www.rtv-rade.de