

Angebote für den Nachwuchs

Nichtschwimmerkurs

ab 5 Jahren

Kerstin Kopka

Lehrschwimmbecken der Overbergschule

1. Mi: 14.30 - 15:15 Uhr

2. Mi: 15:15 - 16:00 Uhr

Wasserabenteurer

ab 7 Jahren

(Schwimmkenntnisse vorausgesetzt)

Kerstin Kopka

Lehrschwimmbecken der Overbergschule

Mi: 16.00 - 16.45 Uhr

Eltern-Kind Turnen

Iris Severin

Gesamtschule Fröndenberg,

- „Turnmäuse“ ab 2 Jahren

Di: 15.45 - 16.45 Uhr Halle 2-4

- Kinderturnen ab 4 Jahren

Di: 16.45 - 17.45 Uhr Halle 2-4



Übungsleiter / Übungsleiterinnen Ansprechpartner für unsere Kurse Information und Anmeldung

Arnold	Gabriele	02303/49689
Bremkes	Gerda	02303/230104
Kösters	Annika	01522 5439057
Prünke	Angela	0157 85752506
Dieckmann	Kurt	02308/2159
Röttger	Verena	02377/5499977
Hoffmann	Manfred	02308 2142
Pawlowski	Hannelore	02373/2990
Kopka	Kerstin	01577 / 1014570
Krause	Maren	02373/919869
Scholz	Birgit	02373/70321
Severin	Iris	02377/7353

Freizeit- und Breitensport:

Kurt Dieckmann, 02308/2159

kurtdieckmann@gmx.de

Iris Severin, 02377/7353

irisseverin@bentrop.net

SVB Hauptverein:

Christopher Meisel, 02377/786459

chr.meisel@web.de

**Kurzfristige Programmänderungen werden in der
Presse und auf der Homepage bekannt gegeben.**

www.sv-bausenhagen.de

Die Kursteilnehmer sind Kurzzeitmitglieder des SV Bausenhagen. Nichtmitglieder, die an Treffs teilnehmen, sind nicht durch den Verein versichert!

Der Verein für die ganze Familie

SV GRÜN-WEISS 1956
BAUSENHAGEN

SVB

Lust auf
Bewegung?

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Jahresprogramm

2024



Sparkasse
UnnaKamen

Freizeit- und Breitensport

Jahresprogramm 2024

Günstige Kursangebote

Die Gebühren und den Beginn der Kurse

erfahren Sie bei den Übungsleitern.

Sonderpreise für Kinder und Jugendliche

Gesundheitssport und Sport für Junggebliebene

Wirbelsäulengymnastik und mehr

- Zeit für mich und Gutes für meinen Körper -

Gabi Arnold
Gesamtschule Fröndenberg, Halle 5
Do: 18.30 - 19.30 Uhr
Do: 19.30 - 20.30 Uhr

Sport & Vital 60 plus Aktiv und beweglich in den Ruhestand

Hannelore Pawlowski
Gesamtschule Fröndenberg Halle 5
Do: 16.30 - 17.30 Uhr

Aqua Vital

Hannelore Pawlowski
Lehrschwimmbcken Sonnenbergschule
Mo: 14.00 - 15.00

Aqua-Fitness

Gabi Arnold
Lehrschwimmbcken Overbergschule
Di: 19.00 - 20.00 Uhr

Aqua Vital

Birgit Scholz
Lehrschwimmbcken Overbergschule
Di: 16.00 - 17.00 Uhr (für Frauen und Männer)
Di: 17.00 - 18.00 Uhr
Di: 18.00 - 19.00 Uhr

Power Fitness für Männer

Kurt Dieckmann
Gesamtschule Fröndenberg Halle 5
Mi: 18.30 - 19.30 Uhr
Herbst bis Frühjahr
Vereinsmitgliedschaft erforderlich

Radwandertreff für Ältere

Manfred Hoffmann
Treffpunkt: Warmener Kirche
Di: 10.00 Uhr
Frühjahr bis Herbst
Vereinsmitgliedschaft erforderlich

Rennradtreff

Start bei Ali Röttger
Bausenhagen, Birkei 2
Mi: 17.30 Uhr
Frühjahr bis Herbst
Vereinsmitgliedschaft erforderlich

Wohlfühlgymnastik für Frauen

Birgit Scholz
Gesamtschule Fröndenberg, Halle 5
Mi: 19.30 - 20.30 Uhr

Sitzgymnastik für Männer und Frauen

Gabi Arnold
Marien-Pfarrheim in Bausenhagen
Fr: 11.00 - 12.00 Uhr

Aerobic - Fitness –Trendsport

Zumba Fitness ®

Maren Krause
Gesamtschule Fröndenberg Halle 1
Di: 19.30 –20.30 Uhr



Tanztreff um Sieben für Single und Paare

Verschiedene Themen für Fortgeschrittene
Gerda Bremkes und Walter Hoffmann
Katholisches Pfarrheim Bausenhagen
Mi: 19.00 - 20.00 Uhr

Tanztreff um Acht für Single und Paare Anfängerkurs

Gerda Bremkes und Walter Hoffmann
Katholisches Pfarrheim Bausenhagen
Mi: 20.00 - 21.00 Uhr

Frauen Fußball

Verena Röttger
Sportplatz Bausenhagen oder Hohenheide
Dienstags 19.30 - 20.30 Uhr
Vereinsmitgliedschaft erforderlich

Mountainbike Strecke am Sportplatz Radspaß für Jung und Alt

Rollatorenkurse Schmallenbachhäuser

Angela Prünke
Montag 15.30 - 16.30 Uhr Haus Heinrich
Mittwoch 10.30 - 11.30 Uhr Haus Hubertia
Nur für Heimbewohner

Weitere Termine:

Bouleturniere am 01.05. und 03.10.2024

Weihnachtsbaumverkauf am 15.12.2024

Besuch der Freilichtbühne Hedringen

„Und es hat Zoom gemacht“

Termin steht noch nicht fest