

## TURNEN

Tag	Zeit	Training	Ort/ Sportstätte	Ansprechpartner
<b>Montag</b>	9:00-10:00	Walking: Präventives Ausdauertraining für Ältere	Messingstr./ Ecke Messingbrücke	Uschi Goermann
	19:00-20:00	Lauftreff: Präventives Ausdauertraining für Frauen und Männer	Wald/ VfL-Platz am Adenberg	Hannelore Olszewski
<b>Dienstag</b>	17:00-18:30	Geräteturnen der Mädchen und Jungen	Helmut-Sander-Halle	Claudia Sprave Robert Knoke Rika Knoke
	18:30-21:00	Geräteturnen der Männer, Frauen und Jugendlichen	Helmut-Sander-Halle	Rolf Palitza Claudia Sprave
	19:15-20:15	Präv. Fitnessstraining: Aerobic/Step-Aerobic/ Aroha	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Kathrin Knoke
	20:00-21:30	Badminton	Helmut-Sander-Halle	Rolf Palitza
	<b>Mittwoch</b>	16:30-17:30	Eltern-Kind-Turnen für die ganz Kleinen	Helmut-Sander-Halle
	16:00-18:00	Tanzen für Kinder	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Shukran Arslanovska
	16:30-17:30	Allgemeines Kinderturnen für Mädchen und Jungen, 5-8 Jahre	Helmut-Sander-Halle	Maren Maischak Rika Knoke
	17:30-18:30	Allgemeines Kinderturnen für Mädchen und Jungen, ab 9 Jahren	Helmut-Sander-Halle	Maren Maischak Robert Knoke
	17:00-18:30	Geräteturnen der Mädchen und Jungen	Helmut-Sander-Halle	Claudia Sprave Rika Knoke
	18:00-19:00	Ski-Club Oker Training für Kinder und Jugendliche	Helmut-Sander-Halle	Heinrich Heintorf
	18:30-21:30	Geräteturnen der Männer, Frauen und Jugendlichen	Helmut-Sander-Halle	Rolf Palitza Claudia Sprave
	19:00-21:00	Ski-Club Oker Training für Erwachsene	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Heinrich Heintorf
	19:30-21:00	Bewegen statt schonen: Ein Ganzkörperkräftigungsprogramm	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Kathrin Knoke
<b>Donnerstag</b>	17:00-19:00	Sportabzeichen (Juni bis September)	VfL-Platz am Adenberg/ Freibad	Inge Friede
	18:30-20:00	Präventive Wirbelsäulengymnastik	Helmut-Sander-Halle	Uschi Goermann
	19:00-21:30	Gesundheitssport für Ältere	Helmut-Sander-Halle	Kathrin Knoke
	19:00-21:30	Altersturner	Helmut-Sander-Halle	Helmut Ungrad
<b>Freitag</b>	16:00-16:50	Tanzen für Kinder (Minis)	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Shukran Arslanovska
	17:00-18:00	Tanzen für Kinder (Teens)	Helmut-Sander-Halle/ Energie-Pool	Shukran Arslanovska
	17:30-21:30	Geräteturnen der Mädchen und Jungen, Männer, Frauen und Jugendlichen	Helmut-Sander-Halle	Rolf Palitza
<b>Sonntag</b>	9:30-11:30	Sportabzeichen (Juni bis September)	VfL-Platz am Adenberg/ Freibad	Inge Friede

**Spartenleiter TURNEN: Rolf Palitza**

**Mail: palitza-goslar@t-online.de**