

## Montag

- 13.45 - 15.45 Uhr **Gymnastik & Spiel für Männer " 60 Plus "**  
Rolf Scheller Tel.: 04433-1349
- 16.00 - 17.00 Uhr
- 17.00 - 18.30 Uhr **Tanzen Little Hoppers (Jahrgang 2012/2013)**  
Sophia Markus Tel.: 0151-12496056
- 19.00 - 20.00 Uhr **Fitmix**  
Kassandra Plate Tel.: 0172-5690569
- 20.00 - 22.00 Uhr **Badminton**  
Marc Zimmeringkat Tel.: 04433-1432

## Donnerstag

- 14.30 - 15.30 Uhr
- 15.30 - 16.45 Uhr **Tanzen Rhythem-X von (Jahrgang 2007 - 2010)**  
Janne Oltmann Tel.: 0162-1754768
- 16.45 - 18.00 Uhr **Tanzen Little Giants (Jahrgang 2011/2012)**  
Janne Oltmann Tel.: 0162-1754768
- 18.00 - 19.30 Uhr
- 19.30 - 20.30 Uhr
- 20.30 - 22.00 Uhr **Fußball alte Herren**

---

## Dienstag

- 15.00 - 16.00 Uhr **Spiel u. Spaß für Kinder von 4 - 8 Jahre**  
Melanie Morscheck Tel.: 0176-32278811
- 16.15 - 17.15 Uhr **Eltern - Kind Turnen U4**  
Henning Themann Tel.: 01525-4121498
- 17.30 - 18.30 Uhr **Allroundfitness**  
Sarah u. Karin Orth Tel.: 04433-9393623
- 18.30 - 20.00 Uhr
- ab 20.00 Uhr **Volleyball- Mixed**  
Marco Berding Tel.: 04433-18265

## Freitag

- 14.00 - 15.30 Uhr **Stark auch ohne Muckis (5 - 8 Jahre) 29.04. - 10.06.**  
Anja Reepschläger Tel.: 0173-9377784
- 15.30 - 17.00 Uhr **Stark auch ohne Muckis (ab 9 Jahre) 29.04. - 10.06.**  
Anja Reepschläger Tel.: 0173-9377784
- 17.00 - 18.20 Uhr
- 18.30 - 19.50 Uhr
- 20.00 - 21.30 Uhr

---

## Mittwoch

- 14.00 - 14.50 Uhr **Gymnastik 60 +**  
Karin Orth Tel.: 04433-471
- 15.00 - 16.00 Uhr **Tanzen Flamingos (Jahrgang 2014/2015)**  
Anthrin Stöver Tel.: 0172-4520809
- 16.00 - 17.00 Uhr **Tanzen Dötlinger Zwerge (Jahrgang 2016)**  
Anthrin Stöver Tel.: 0172-4520809
- 18.00 - 19.00 Uhr **Rückenfit / Wirbelsäulengymnastik**  
Ulla Thien Tel.: 04432-9120203
- 19.00 - 20.00 Uhr
- 20.00 - 21.30 Uhr

## Sonabend

- 10.00 - 11.00 Uhr **Muskelaufbau Männer u. Frauen**  
H.-J- Rippe Tel.: 04432-1748
- 11.00 - 12.00 Uhr
- 14.00 - 15.20 Uhr
- 15.30 - 16.50 Uhr
- 17.00 - 18.20 Uhr
- 18.30 - 19.50 Uhr

**Body Strength** findet mittwochs von 18.00 bis 19.00 Uhr (Gruppe 1) und von 19.00 bis 20.00 Uhr (Gruppe 2) im **Vereinsheim, Zum Sande 11 A in Dötlingen**, statt

Sabine Schütte Tel.: 0173-6523983