

# MTV – Osterode Sportangebot

Stand März 2020

## Damen Gymnastik / Spiele allgemein

Di	18.00-19.15	Gymnastik und Spiele	Susanne Hennecke	Dreilinden
Di	19.30-21.00	Gymnastik / Volleyball	Karl-Heinz Balkart	Realschulhalle
Do	18.00-19.30	Gymnastik ab 50 Jahre	Susanne Hennecke	Gymnasiumhalle

## Herren-Gymnastik / Spiele allgemein

Mo	15.30-17.15	Ballspiele	Claus Wedemeyer	Wartberghalle
Di	17.00-18.30	Freizeit / Volleyball	Annette Menzel	Lindenberghalle
Di	18.00-19.30	Gymn. / Spiele ab 40 J.	Karl-Heinz Balkart	Realschulhalle
Mi	18.30-20.00	Ballspiele/Volleyball	Rainer Neumann	Dreilinden
Mi	20.00-21.30	Gymn. / Spiele ab 40 J.	Hans Grund	Bleichestelle
Do	17.00-18.30	Gymnastik / Spiele	Hermann Kramer	Röddenberghalle
Do	20.00-21.30	Gymn. / Volleyball	Jan-Christoph Ernst	Dreilinden

## Fit im Alter - Seniorinnen / Senioren

Mo	10.00-11.30	Senioren / Prellball	Hans Grund	Bleichestelle
Di	09.30-10.30	Seniorinnen	Doris Teschke	Bleichestelle
Di	10.30-11.30	Seniorinnen /Sitzgymn.	Doris Teschke	Bleichestelle
Mi	10.00-11.00	Seniorinnen/Senioren	Doris Teschke	Bleichestelle
Do	16.00-17.00	Senioren / Schwimmen	Erich Schauer	Wartberghalle

## Fitnessgymnastik

Mi	19.00-20.00	B-O-P-Training	Josephine Braun	Bleichestelle
Mo	16.30-17.30	Jumping Fitness	Neele Görs	Bleichestelle
Fr	17.30-18.30	Jumping Fitness	Joy Kassing	Bleichestelle
Mo	19.00-20.30	Fitnessgymnastik	Marina Ernst	Bleichestelle
Mi	18.00-19.00	Step Aerobic	Andrea Brühne	Bleichestelle
Fr	16.30-17.30	Step Aerobic	Andrea Brühne	Bleichestelle
Mo	17.30-18.30	Zumba® Fitness	Messoda Yahiaoui	Bleichestelle
Sa	15.00-16.00	Zumba® Fitness	Messoda Yahiaoui	Bleichestelle
Mo	17.00-18.15	Muskelaufbautraining	Henning Bade	Lindenberghalle
Mo	18.15-19.45	Muskelaufbautraining	Heiko Lindner	Lindenberghalle

## Gesundheitssport

Do	19.00-20.00	Koronarsport	Doris Teschke	Bleichestelle
Mi	16.45-17.45	Rehasport	Doris Teschke	Realschulhalle
Fr	13.00-14.00	Funktionstraining	Sven Becker	Bleichestelle
Mo	17.15-18.00	Wassergymn. Reha	Sven Becker	Wartberghalle
Mo	18.00-18.45	Wassergymnastik	Joy Kassing	Wartberghalle
Mo	18.45-19.30	Aqua Fit	Joy Kassing	Wartberghalle
Do	09.00-10.00	Wirbelsäulengymn.	Sven Baecker	Bleichestelle
Do	10.00-11.00	Wirbelsäulengymn.	Sven Baecker	Bleichestelle
Do	20.00-21.00	Wirbelsäulengymn.	Joy Kassing	Bleichestelle
Do	17.45-19.15	Yoga	Andrea Reimann	Gymnasiumhalle

## Kinder Vorschulalter

Di	16.45-17.45	Eltern + Kind	Anne Vaquero	Realschulhalle
Mi	16.30-18.00	Mädchen/Jungen 3-6 J.	Anne Vaquero	Bleichestelle
Fr	14.30-16.30	Eltern + Kind	L.Aprile/N.Salanitro	Bleichestelle

## Kinder Schulanter

Do	16.15-17.15	Ballsport ab 6 Jahre	S. Wedemeyer	Dreilinden
----	-------------	----------------------	--------------	------------

## Kinderschwimmen

Mi	15.45-16.30	Anf. bis Seepferdchen	Marcel Schulze	Wartberghalle
Mi	16.30-17.15	Anf. bis Seepferdchen	Marcel Schulze	Wartberghalle
Do	16.30-17.30	Ab Seepferdchen	Anja Zizak	ALOHA
Do	17.30-18.30	Ab Seepferdchen	Anja Zizak	ALOHA

## Kunstturnen

Di	15.30-17.15	Gruppe I	Jessy Vu/Jevgenija Mokrina	Bleichestelle
Di	17.00-20.00	Gruppe II	Jessy Vu/Jevgenija Mokrina	Bleichestelle
Do	15.30-17.00	Gruppe I	Jessy Vu/Jevgenija Mokrina	Bleichestelle
Do	17.00-19.00	Gruppe II	Jessy Vu/Jevgenija Mokrina	Bleichestelle

## Badminton

Mo	18.30-20.00	Jugend	Groneberg	Lindenberghalle
Mo	20.00-21.30	Hobby/Freizeit/Anf.	Eric Bezem	Lindenberghalle
Fr	20.00-21.30	Mannschaftstraining	Eric Bezem	Wartberghalle

## Basketball

Di	20.00-21.30	Freizeit weibl/männl.	Matthias Peschel	Röddenberghalle
----	-------------	-----------------------	------------------	-----------------

## Handball

Mi	18.00-19.30	C+D Jugend m/w (Winter)	Balkart/Naue	Gymnasium
Mi	18.00-19.30	C+D Jugend m/w (Sommer)	Balkart/Naue	Röddenberghalle
Fr	16.00-17.30	Minis + E Jugend	Balkart/Naue	Röddenberghalle
Fr	17.30-19.00	C+D Jugend m/w	Balkart/Naue	Röddenberghalle
Fr	19.00-20.30	Ballsport 13-17 Jahre	Balkart/Schröder	Röddenberghalle

## Judo

Mi	18.00-19.30	Kinder	M. Kassing	Realschulhalle
Mi	19:30-21:00	Erwachsene	M. Kassing	Realschulhalle

## Karate

Mo	18.30-20.00	Fortgeschrittene	Fiedler/Azakli	Realschulhalle
Do	17.30-18.30	Anfänger Kinder ab 7 J.	Uwe Fiedler	Realschulhalle
Do	18.30-20.00	Fortgeschrittene	Uwe Fiedler	Realschulhalle

## Leichtathletik - LG Osterode (Winterhalbjahr)

<b>Übungsleiter: Just/Dernedde/Zirbus/Bergmann/Behrens/Barke/Kriebel</b>				
Mo	18.00-20.00	n. Vereinb. Jgd. U14 und älter Lauf/Langsp.		Lindenberghalle
Di	16.30-18.30	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Röddenberghalle
Di	17.00-18.30	Kinder (6-11 J.)		Lindenberghalle
Di	18.30-20.00	Jugend U14 und älter		Lindenberghalle
Mi	18.00-20.00	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Röddenberghalle
Mi	18.30-20.00	Leistungsgruppe U18 und älter		Lindenberghalle
Mi	18.30-20.00	Senioren		Lindenberghalle
Fr	15.30-17.00	Kinder (6-11 J.)		Lindenberghalle
Fr.	16.45-18.30	Jugend U 14 und älter		Lindenberghalle
Fr.	17.00-18.30	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Lindenberghalle
Fr.	16.00-18.00	Leistungsgruppe U18 und älter nach Abspr.	DPH Hattorf	

## Leichtathletik - LG Osterode (April bis Oktober)

**Übungsleiter: Just/Dernedde/Zirbus/Bergmann/Behrens/Barke/Kriebel**

Mo	16.00-18.00	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Jahnstadion
Di	17.00-18.30	Kinder (6-11 Jahre)		Jahnstadion
Di	17.00-19.00	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Jahnstadion
Di	18.00-20.00	Jugend U14 und älter		Jahnstadion
Mi	17.00-19.00	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Jahnstadion
Mi	18.30-20.00	Leistungsgruppe U18 und älter		Jahnstadion
Fr	15.30-17.00	Kinder (6-11 Jahre)		Jahnstadion
Fr	16.00-17.30	Jugend U14 und älter		Jahnstadion
Fr	16.30-18.30	Jugend U14 und älter Lauf/Langsp.		Jahnstadion

## Nordic Walking (Sommermonate, im Winter auf Absprache)

Di	18.00	Nordic Walking Christa Horn (Treffpunkt wird wöchentlich in der Gruppe abgesprochen)	01.10.-28.02. um 15.00 Uhr.	
Mi	10.30	Walk/Nordic-Walk.Christa Horn		wie Dienstag

## Prellball

Fr	18.30-21.00	Herren / Jugend	Hannes Nordmann	Bleichestelle
----	-------------	-----------------	-----------------	---------------

## Rollkunstlauf (April – Oktober)

Mo	15.45-17.00	Anfänger	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Mo	18.30-19.30	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Di	18.15-20.00	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Mi	15.45-17.00	Anfänger	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Mi	16.30-18.00	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Do	16.00-17.00	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Fr	19.30-20.30	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle

## Rollkunstlauf (Winterhalbjahr)

Mo	15.45-17.00	Anfänger	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Mo	18.30-19.30	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle
Di	18.15-20.00	Leistungsgruppe	Ramona Gawlowski	Röddenberghalle

## Tanzen Kinder und Jugendliche

Mo	17.15-18.00	6-9 Jahre	Nicole Salanitro	Gymnasium
Mo	18.00-18.45	10-13 Jahre	Nicole Salanitro	Gymnasium
Di	18:00-19:00		Nicole Salanitro	Gymnasium

## Volleyball – VG LaPeKa / Osterode

Fr	18.30-20.00	Freizeit (Winter)	Joachim Cordes	Lindenberghalle
Fr	ab 16.00	Freizeit (Sommer)	Joachim Cordes	Beachplatz Lasfelde

**Die aktuellen Termine finden Sie unter [vg-lapeka-osterode.de](http://www.vg-lapeka-osterode.de)**

## Qi Gong (Nur im Winterhalbjahr!!!)

Mi	11.15-12.45 (kostenpflichtig!!)		Edith Born	Bleichestelle
----	---------------------------------	--	------------	---------------

**Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle des MTV (Tel. 05522/ 3727)**

oder informieren sich auf unserer Homepage unter [www.MTV-Osterode.de](http://www.MTV-Osterode.de)