

Übungsangebot SKG Ober-Ramstadt e.V. (6/2019)

	Angebote	Ansprechpartner	Telefon	Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Ort		
<b>Bewegung &amp; Tanz</b>	<b>Eltern &amp; Kind Turnen</b>	Sonja Wellnitz	06154-51640	Dienstag	16:00-17:30	Kinder 2-4 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Purzelturnen</b>	Sonja Wellnitz	06154-51640	Donnerstag	16:00-17:30	Kinder 4-6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Ballschule</b>	Julia Baron	0151-28407272	Montag	15:30-16:30	Kinder ab 6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
					16:30-17:30	Kinder ab 4 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Rope-Skipping</b>	Ann-Kathrin Laux	0152-2064862	Mittwoch	16:30-17:30	Kinder ab 8 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
					17:00-18:30	Fortgeschrittene	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Gymnastik &amp; Tanz</b>	Maria Steinhilber	06154-5740162	Dienstag	16:00-16:45	Mini Stars(3-5 Jahre)	Eiche-Schule		
					16:45-17:30	Flamingos (6-10Jahre)	Eiche-Schule		
					17:30-19:00	Chicken Dance (ab 10 Jahre)	Eiche-Schule		
	<b>Frauen-Gymnastik</b>	Dagmar Müller	06154-51683	Mittwoch	20:00-21:00	Erwachsene	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Parcour</b>	Sonja Wellnitz	06154-51640	Montag	17:30-19:00	Kinder ab 9 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
Freitag					17:30-19:00	Kinder ab 6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
					19:00-20:30	Kinder ab 10-16 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule		
					10:00-12:30	für alle	Hans-Gustav-Röhr Schule		
<b>Orientalischer Tanz</b>	Isabell Kopriwa	0171-7184718	Donnerstag	19:00-20:30	Erwachsene	Vereinsheim			
<b>Fit &amp; Gesund</b>	<b>Jedermann fit und gesund</b>	Werner Schellhaas	06154-58585	Montag	19:00-20:00	Erwachsene	Eiche-Schule		
	<b>Jedermann dynamisch und kraftvoll</b>	Michael Würtenberger	0172-9305555	Montag	20:00-22:00	Erwachsene	Eiche-Schule		
	<b>Ganzkörpertraining sanft und effektiv</b>	Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	09:00-10:00	Erwachsene	Scheunensaal		
	<b>Fit für den Alltag Ganzkörperkräftigungstraining</b>	Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	10:00-11:00	Erwachsene	Scheunensaal		
	<b>Fit ins Alter</b>	Anne Harbusch-Martin	06071-48330	Dienstag	15:00-16:00	Senioren	Hans-Gustav-Röhr Schule		
	<b>Yoga</b>	Olga Peters		Dienstag	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim		
					Mittwoch	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim	
	<b>Gelenkschonend zur Fitness</b>	Sonja Wellnitz	06154-51640	Mittwoch	20:30-21:30	Erwachsene	Vereinsheim		
<b>Sportabzeichen</b>	C. Schneider-Prokosch	06154-630650	Mittwoch	18:00-19:30	alle (auch Nicht-Vereinsmitglieder)	Sportplatz GCLS			
<b>Musik &amp; Kultur</b>	<b>Orchester (Handharmonikaspielring)</b>	Jörg Emich	06154-53174	Mittwoch	20:00-21:30	alle	Vereinsheim		
	<b>Einzelunterricht</b>		nach Vereinbarung		alle	Vereinsheim			
	<b>Akkordeon AG</b>	Elena Majer	0160-96556008	Mittwoch	nachmittags	Grundschüler	Hans-Gustav-Röhr Schule		
<b>Wettkampfsport &amp; mehr</b>	<b>Judo</b>	Eric Faßmann	06154-577408	Montag	16:00-17:30	Fortgeschrittene Anfänger	Ballsporthalle		
				Mittwoch	16:00-17:30	Anfänger	Ballsporthalle		
				Mo/Mi	17.30-19:00	Fortgeschrittene	Ballsporthalle		
	<b>Kung Fu</b>	Sonja Wellnitz	06154-51640	Montag	17:00-18:30	Kinder 8-15 Jahre	Vereinsheim		
					Mittwoch	17:00-18:30	Kinder 8-15 Jahre	Eiche Halle (Sommer)/ Vereinsheim (Winter)	
	<b>Leichtathletik</b>	Caroline	06154-630650	Montag	17:00-19:00	alle	Sportplatz (GCLS) - Sommer		
					Mittwoch	18:00-19:30	Aufbautraining	Sportplatz (GCLS) - Sommer	
						Freitag	17:00-19:00	alle	Sportplatz (GCLS) - Sommer
						Montag	16:00-17:30 bis 9 Jahre 17:30-19:00 ab 9 Jahre	Ballsporthalle - Winter	
					Mittwoch Freitag	18:00-19:30 16:00-17:30 bis 9 Jahre 17:30-19:00 ab 9 Jahre	Aufbautraining Eiche-Turnhalle - Winter Eiche-Turnhalle - Winter		
<b>Schützen Teil 05</b>	Andreas Keil	0151-19119902	nach Absprache			Vereinsheim			

<b>Vereinsheim</b>	Steinackerstraße 90	64372 Ober-Ramstadt
<b>Ballsporthalle</b>	Dieselstraße 7	64373 Ober-Ramstadt
<b>Eiche-Schule</b>	Erfurter Straße 30	64374 Ober-Ramstadt
<b>Hans-Gustav-Röhr-Schule</b>	Steinrehweg 5	64375 Ober-Ramstadt
<b>Sportplatz GCLS</b>	An der Sporthalle 12	64376 Ober-Ramstadt
<b>Scheunensaal</b>	Hammergasse 9	64376 Ober-Ramstadt