

Übungsangebot SKG Ober-Ramstadt e.V. (09/2018)



	Angebote	Ansprechpartner	Telefon	Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Ort
Bewegung & Tanz	Eltern+Kind Turnen	Sonja Wellnitz	06154-51640	Dienstag	16:00-17:30	Kinder 2-4 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Purzelturnen	Sonja Wellnitz	06154-51640	Donnerstag	16:00-17:30	Kinder 4-6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Ballschule	Julia Baron	0151-28407272	Montag	15:30-16:30	Kinder ab 6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
		Lena Knirsch	0151-21246230				
	Rope-Skipping	Marina Huhn	06162-5807	Mittwoch	16:30-17:30	Kinder ab 8 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
					17:00-18:30	Fortgeschrittene	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Gymnastik & Tanz	Maria Steinhilber	06154-5740162	Dienstag	16:00-16:45	Mini Stars(3-5 Jahre)	Eiche-Schule
				Dienstag	16:45-17:30	Flamingos (6-7Jahre)	Eiche-Schule
				Dienstag	17:30-19:00	Chicken Dance (ab 8 Jahre)	Eiche-Schule
	Frauen-Gymnastik	Dagmar Müller	06154-51683	Mittwoch	20:00-21:00	Erwachsene	Hans-Gustav-Röhr Schule
Parcour	Sonja Wellnitz	06154-51640	Montag	17:30-19:00	Kinder ab 9 J. Fortgeschrittene	Hans-Gustav-Röhr Schule	
			Freitag	17:30-19:00	Kinder ab 6 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule	
			Freitag	19:00-20:30	Kinder ab 10-16 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule	
Orientalischer Tanz	Antonella Buntkowsky	0176-50271787	Donnerstag	19:00-20:30	Erwachsene	Vereinsheim	
Fit & Gesund	Jedermänner fit und gesund Jedermänner dynamisch und kraftvoll	Werner Schellhaas	06154-58585	Montag	19:00-20:00	Erwachsene	Eiche-Turnhalle
		Michael Würtenberger	0172-9305555	Montag	20:00-22:00	Erwachsene	Eiche-Turnhalle
	Ganzkörpertraining sanft und effektiv	Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	09:00-10:00	Erwachsene	Scheunensaal
		Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	10:00-11:00	Erwachsene	Scheunensaal
	Fit ins Alter	Renate Speyer	06154-1052	Dienstag	15:00-16:00	Senioren	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Yoga	Christa Hirsch	06154-53587	Dienstag	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim
				Mittwoch	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim
	Dienstags-Sport I	Sonja Wellnitz	06154-51640	Dienstag	19:30-20:30	Erwachsene	Vereinsheim
	Dienstags-Sport II	Sonja Wellnitz	06154-51640	Dienstag	20:30-21:30	Erwachsene	Vereinsheim
	Sportabzeichen	Wolfram Lipp	06154-3791	Mittwoch	18:00-19:30	alle	Sportplatz
Musik & Kultur	Orchester (Handharmonikaspielring) Einzelunterricht	Jörg Emich	06154-53174	Mittwoch	20:00-21:30	alle	Vereinsheim
				nach Vereinbarung	alle	Vereinsheim	
	Akkordeon AG	Elena Majer	0160/96556008	Mittwoch	nachmittags	Grundschüler	Hans-Gustav-Röhr Schule
Wettkampfsport & mehr	Judo	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
	Kung Fu	Sonja Wellnitz	06154-51640	Mittwoch	17:00-19:00	Kinder 8-15 Jahre	Gymnastikraum Vereinsheim
				Samstag	10:00-12:00	Kinder 8-15 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Leichtathletik	Caroline Schneider-Prokosch	06154-630650	Montag	16:00-17:30	bis ca. 9 Jahre	Sportplatz (GCLS) / Ballsporthalle
				Montag	17:00-19:00	ab ca. 9 Jahre	Sportplatz (GCLS) / Ballsporthalle
				Mittwoch	18:00-19:30	Aufbautraining	Sportplatz (GCLS) / Eiche-Turnhalle
				Freitag	16:00-17:30	bis ca. 9 Jahre	Sportplatz (GCLS) / Eiche-Turnhalle
				Freitag	17:00-19:00	ab ca. 9 Jahre	Sportplatz (GCLS) / Eiche-Turnhalle
Schützen Teil 05	Julian Schmitt	0151-55484862	Mittwoch	19:00-21:30	Jugendliche/Erwachsene	Vereinsheim	