

Übungsangebot SKG Ober-Ramstadt e.V. (08/2020)

	Angebote	Ansprechpartner	Telefon	Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Ort
Bewegung & Tanz	Eltern & Kind Turnen	Laura Gerold	0176-630311032	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	Caroline Schneider-Prokosch	06154-630650	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
	Rope-Skipping	Ann-Kathrin Laux	0152-2064862	Mittwoch	16:30-18:00	Breitensport	Hans-Gustav-Röhr Schule
					17:30-18:00	Wettkampf	Hans-Gustav-Röhr Schule
					17:30-18:30	Fortgeschrittene	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Gymnastik & Tanz	Maria Steinhilber	06154-5740162	Dienstag	16:00-16:45	Mini Stars (3-5 Jahre)	Eiche-Schule
					16:45-17:30	Flamingos (6-10Jahre)	Eiche-Schule
					17:30-19:00	Chicken Dance (ab 10 Jahre)	Eiche-Schule
	Frauen-Gymnastik	Dagmar Müller	06154-51683	Mittwoch	20:00-21:00	Erwachsene	Hans-Gustav-Röhr Schule
Parkour	Sonja Wellnitz	06154-51640	Montag	17:30-19:00	Kinder 8-11 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule	
				Freitag	17:30-19:00	Kinder 6 - 8 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
				Freitag	19:00-22:00	Kinder über 12 Jahre	Hans-Gustav-Röhr Schule
				Samstag	10:00-12:30	für alle (Schnuppern)	Hans-Gustav-Röhr Schule
Orientalischer Tanz	Isabell Kopriwa	0171-7184718	Donnerstag	19:00-20:30	Erwachsene	Vereinsheim	
Fit & Gesund	Ein gesunder Rücken & mehr	Werner Schellhaas	06154-58585	Montag	19:00-20:00	Erwachsene	Eiche-Schule
	Jedermann dynamisch & kraftvoll	Michael Würtenberger	0172-9305555	Montag	20:00-22:00	Erwachsene	Eiche-Schule
	Ganzkörpertraining sanft und effektiv	Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	09:00-10:00	Erwachsene	Vereinsheim
	Fit für den Alltag Ganzkörperkräftigungstraining	Anneliese Kläres	06078-911606	Freitag	10:00-11:00	Erwachsene	Vereinsheim
	Fit ins Alter	Anne Harbusch-Martin	06071-48330	Dienstag	15:00-16:00	Senioren	Hans-Gustav-Röhr Schule
	Yoga	Olga Peter		Dienstag	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim
				Mittwoch	09:30-11:00	Erwachsene	Vereinsheim
	MoW-Sport (Middle of Week)	Sonja Wellnitz	06154-51640	Mittwoch	20:30-21:30	Erwachsene	Vereinsheim
Sportabzeichen	Wolfgang John	06154-5772107	Mittwoch	18:00-19:30	alle (auch nicht -Vereinsmitglieder)	Sportplatz GCLS (Sommer)	

Übungsangebot SKG Ober-Ramstadt e.V. (08/2020)

	Angebote	Ansprechpartner	Telefon	Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Ort
Musik & Kultur	Orchester (Handharmonikaspielring)	Jörg Emich	06154-53174	Mittwoch	20:00-21:30	alle	Vereinsheim
	Schüler Orchester	Elena Majer	0160-96556008	Donnerstag	15:30-16:30	Schüler	Vereinsheim
	Jugend-Orchester	Elena Majer	0160-96556008	Donnerstag	17:30-18:30	Jugend	Vereinsheim
	Einzelunterricht			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	Montag	17:00-18:30	Kinder 8-15 Jahre	Vereinsheim *
				Mittwoch	17:00-18:30	Kinder 8-15 Jahre	Eiche Halle (Sommer)/ Vereinsheim (Winter)
	Leichtathletik	Michael Karn	0170-375961	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
				<i>Montag</i>	<i>16:00-17:30 bis 9 Jahre</i> <i>17:30-19:00 ab 9 Jahre</i>		<i>Ballsporthalle - Winter</i>
				<i>Mittwoch</i>	<i>18:00-19:30 Aufbautraining</i>		<i>Eiche-Turnhalle - Winter</i>
	<i>Freitag</i>	<i>16:00-17:30 bis 9 Jahre</i> <i>17:30-19:00 ab 9 Jahre</i>		<i>Eiche-Turnhalle - Winter</i>			
Schützen Teil 05	Andreas Keil	06257-5060740	nach Absprache			Vereinsheim *	



Vereinsheim
Ballsporthalle
Eiche-Schule
Hans-Gustav-Röhr-Schule
Sportplatz GCLS

Steinackerstraße 90	64372 Ober-Ramstadt
Dieselstraße 7	64373 Ober-Ramstadt
Erfurter Straße 30	64374 Ober-Ramstadt
Steinrehweg 5	64375 Ober-Ramstadt
An der Sporthalle 12	64376 Ober-Ramstadt

