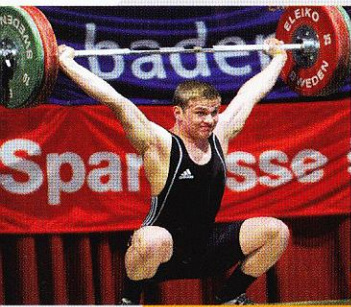


# Unsere Angebote



## Gewichtheben

Montag, Mittwoch und Freitag  
ab 18.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10



## Judo

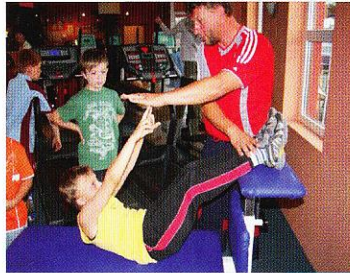
-für Erwachsenen-

Dienstag, Donnerstag  
von 20.00 bis 22.00 Uhr  
in der Sporthalle Lehmhorster Str. 5

## Judo

-Für Kinder und Jugendliche-

Dienstag, Donnerstag und Freitag  
von 18.00 Uhr bis 20.00 Uhr  
in der Sporthalle Lehmhorster Str. 5



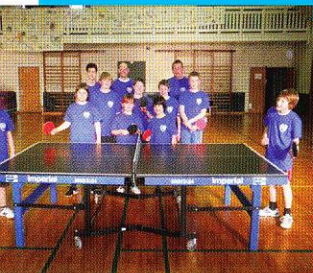
## Kinderfitness

Freitag  
von 15.15 Uhr bis 17.15  
in der Sporthalle Heidbleek 10

## Tischtennis

-für Kinder-

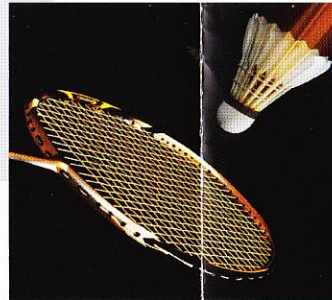
Dienstag und Donnerstag  
von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10



## Tischtennis

-für Erwachsenen-

Dienstag  
von 20.00 Uhr bis 22.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10



## Badminton

-Freizeitgruppe-

Donnerstag  
von 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10



## Kursangebote: Bauch-Beine-Po-Kurs

Mittwoch  
von 10.00 bis 11.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10  
(10er Karte für 35,- €.)

Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich

## Gymnastik

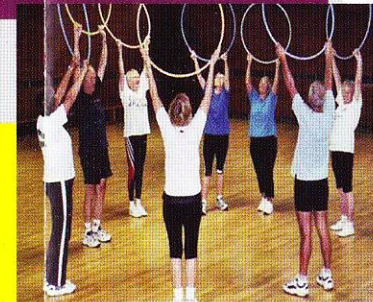
-für Seniorinnen-

Montag  
von 18.00 bis 19.30 Uhr  
in der Sporthalle Lehmhorster Str. 5

## Gymnastik

-für Frauen-

Montag  
von 20.00 bis 22.00 Uhr  
in der Sporthalle Lehmhorster Str. 5



## Gymnastik

-für Männer-

Mittwoch  
von 19.30 bis 21.00 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10

## Gymnastik am Vormittag

Donnerstag  
von 10.00 bis 11.30 Uhr  
in der Sporthalle Heidbleek 10

## Spielmanszug

Freitag  
ab 18.00 Uhr  
im Gemeindehaus der Rekumer Kirche

