

das Angebot der DJK Wassenberg e.V. 1979						
Stand: 14.08.2023	Wochentag	Uhrzeit		Sport-/Bewegungsthemen	Ort	Gebäude
		Montag	09:30	- 11:00	Tanzen in der 2ten Lebenshälfte	Wassenberg
		16:30	- 17:30	Bewegung für Eltern und Kind	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		17:30	- 18:30	Hula Hoop	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		18:30	- 19:30	Yoga	Effeld	Bürgerhalle
		20:00	- 21:30	Step, Tai Bo, Tabata	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		20:00	- 21:30	FIT and Fun – für jedermann	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
	Dienstag	15:00	- 16:30	Gymnastik für Frauen ab 50	Effeld	Bürgerhalle
		16:30	- 17:45	Bewegung für Kinder 4 – 6	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		17:30	- 19:00	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
		17:30	- 19:00	Leichtathletik (Oktober – März)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
		16:30	- 17:15	Bewegung für Eltern und Kind (< 3 Jahre)	Orsbeck	Turnhalle
		17:15	- 18:00	Bewegung für Eltern und Kind (> 3 Jahre)	Orsbeck	Turnhalle
		18:00	- 19:00	Basketball 6 – 14 Jahre	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
		19:00	- 21:00	Basketball ab 18 Jahre	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
		19:30	- 21:00	Power Fitness	Birgelen	Turnhalle Birgelen
	Mittwoch	09:30	- 11:00	Tanzen in der 2ten Lebenshälfte	Wassenberg	Pfarrheim St. Georg
		09:30	- 10:30	Bewegung in der Rehabilitation	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
		10:45	- 11:45	Bewegung in der Rehabilitation	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
		17:00	- 18:30	Gymnastik für Frauen ab 50	Wassenberg	Turnhalle 1 Berstr.
		18:30	- 20:00	Body Fitness	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
	Donnerstag	14:30	- 16:00	Boule	Wassenberg	Pontorson platz
		16:30	- 18:00	Bewegung für Kinder 4 – 6	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		17:30	- 19:00	Gymnastik für die Wirbelsäule	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
		18:00	- 19:00	Power, Dance and Fun	Birgelen	Turnhalle Birgelen
		18:30	- 20:00	Step, Tai Bo, Tabata	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.

		20:00	-	21:30	Funktionsgymnastik und Ballspiel	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
Freitag		16:30	-	18:00	Bewegung für Kinder ab 7	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		18:00	-	19:30	Karate / Goshin Jitsu / Kinder	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
		19:30	-	21:00	Karate / Goshin Jitsu / Erwachsene	Wassenberg	Turnhalle2 Bergstr.
		17:00	-	18:30	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
		18:00	-	19:30	Leichtathletik (Oktober – März)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
Sportabzeichen		17:00	-	19:30	Leichtathletik (April – September)	Orsbeck	Sportpark
Waldläufer – Kinder		14:00	-	16:00	mehr unter www.wassenberg.de	Wildenrath	NABU