

Tag	Uhrzeit	Übungsstunde	Kontakt	Telefon	E-Mail	Ort	Bemerkungen	
Montag	09:00 - 10:00	Rückenschule	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	Ev		
	10:00 - 11:00	Rückenschule	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	Ev		
	10:30 - 11:30	Nordic Walking	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	Ehren		
	14:00 - 15:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	LSB		
	15:00 - 16:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	Derk		
	15:00 - 15:45	Wassergewöhnung, ab 4 J.	R. Michel	02304/257475	rika.michel@web.de	LSB		
	15:00 - 15:45	Nichtschwimmer, ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	LSB		
	15:45 - 16:30	Halbschwimmer	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	LSB		
	16:30 - 17:15	Schwimmabzeichen Bronze/Silber	P. Huber	02304 - 7 81 90	Patric.Huber1@web.de	LSB		
	17:15 - 18:00	Schwimmabzeichen Bronze/Silber	P. Huber	02304 - 7 81 90		LSB		
	18:00 - 18:45	Schwimmabzeichen Silber	K. Thielmann	02304/14332	thielmann@eschenspross.de	LSB		
	16:30 - 18:30	Wettkampftraining	Th. Jesering	02304/78783	sharif@gmx.de	Stadt		
	18:45 - 19:30	Wassergymnastik	K. Thielmann	02304/14332	thielmann@eschenspross.de	LSB		
	19:30 - 20:15	Wassergymnastik	R. Schweinoch	02304/750053	schweinoch@ruhrnet-online.de	LSB		
	20:15 - 21:00	Wassergymnastik	R. Schweinoch	02304/750053	schweinoch@ruhrnet-online.de	LSB		
	Dienstag	15:00 - 15:45	Halbschwimmer	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	LSB	
		15:45 - 16:30	Wassergewöhnung, ab 4 J.	J. Giebener/M. Delgado	02304 63272		LSB	
16:30 - 17:15		Wassergewöhnung, ab 4 J.	J. Giebener/M. Delgado	02304 63272		LSB		
15:45 - 16:30		Nichtschwimmer; ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	LSB		
16:30 - 17:15		Nichtschwimmer; ab 4 J.	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	LSB		
17:15 - 18:00		Halbschwimmer	S. Mexner	02304/72129	d.u.s.mexner@t-online.de	LSB		
16:00 - 17:00		Triathlon - Schwimmtraining	P. Schubert	02304/72368	hp-schubert@versanet.de	Stadt		
16:30 - 18:30		Nachwuchstraining	J. Blömer	02304/74013	J.bloemer@versanet.de	Stadt		
20:00 - 21:00		Aquafitness-Kurs	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	LSB		
Mittwoch	15:00 - 16:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	Derk		
	14:30 - 17:00	Nachwuchstraining	J. Blömer	02304/74013	J.bloemer@versanet.de	Stadt		
	15:00 - 16:00	Wassergymn.-Fit ab 50	B. Brocke	02304/72277		LSB		
	16:00 - 17:00	Else-Nixen	B. Brocke	02304/72277		LSB		
	17:00 - 17:45	Eltern-Kind-Schwimmen, ab 2 J.	B. Brocke	02304/72277		LSB		
	17:45 - 18:45	Gold - Jugendstunde	K. Thielmann	02304/14332	thielmann@eschenspross.de	LSB		
	18:45 - 19:30	Aquafitness	G. Apelt-Zierhold	02304/78243	apeltzierhold@versanet.de	LSB		
	19:30 - 20:15	Aquafitness	G. Apelt-Zierhold	02304/78243	apeltzierhold@versanet.de	LSB		
	18:45 - 19:45	Rückenschule	G. Mexner	02304/750692	gerald.mexner@t-online.de	Derk		
	19:45 - 20:45	Rückenschule	G. Mexner	02304/750692	gerald.mexner@t-online.de	Derk		
20:15 - 21:00	Sportabzeichen /Freies Schwimmen	W. Schulte	02304/86746	schultewilhelm@aol.com	LSB			
Donnerstag	14:30 - 15:30	WG i.d. Krebsnachsorge	E. Steinke	02304/74539	elisabeth.steinke@gmx.de	LSB		
	15:00 - 16:00	Nachwuchstraining Bronze-Silber	M. Blömer	02348902927		Stadt		
	15:00 - 16:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	Derk		
	16:00 - 18:00	Wettkampftraining				Stadt		
	19:00 - 20:30	Triathlon-Schwimmtraining	P. Schubert	02304/72368	hp-schubert@versanet.de	Stadt		
Freitag	10:30 - 11:30	Nordic Walking	K. Thielmann	02304/14332	thielmann@eschenspross.de	Ehren		
	14:00 - 15:00	Motopädie-Kurs	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	LSB		
	15:00 - 16:30					LSB		
	16:30 - 17:15	Erstschwimmerausbildung, ab 4 J.	E. Gerling	02304/2558722		LSB		
	17:15 - 18:00	Wassergewöhnung, 3 - 5 J.	E. Gerling	02304/2558722		LSB		
	18:00 - 19:30	Aquaball	D. Hüsken	02304/201582	huesken@versanet.de	LSB		
	19:30 - 20:15	Aquafitness-Kurs	K. Thielmann	02304/14332	thielmann@eschenspross.de	LSB		
Samstag	09:00 - 10:30	Schwer mobil	H. Geilenberg-Arnhold	02304/15801	arnhold@versanet.de	LSB		
	10:00 - 12:00	Aquaball	D. Hüsken	02304/201582	huesken@versanet.de	LSB		
Sonntag	18:00 - 19:00	Pilates-Kurs	K. Timmermann	0175 7364746		Derk		

19:00 - 20:00	Pilates-Kurs	K.Timmermann	0175 7364746		Derk	
20:00 - 21:00	Aquafitness-Kurs	C. Fell	02304/331771	fell.C@web.de	LSB	

16.04.2010