

Stand: Januar 2018

W o c h e n p l a n

FitAb 50 Recklinghausen e. V. Postfach 100504 45665 Re. Tel. 0236145608

| Tag | von | bis | Sportart | Sportstätte | Übungsleiter/in | Telefon |
|--|---|-------|-------------------------|-----------------------------|------------------------|----------------|
| Mo. | 10:00 | 11:30 | Yoga | BSA Maybacher Heide | Imke Schmieding | 01703831026 |
| | 10:00 | 11:00 | Gymnastik | Hallenbad Herner Str. | Walburga Krebs | 23328 |
| | 11:00 | 12:30 | Folklore | Hallenbad Herner Str. | Walburga Krebs | 23328 |
| | 10:00 | 12:00 | Tennis 2x3 Plätze 1 Std | TC Nord Lange Wanne | Hermann Schiereck | 47836 |
| | 15:00 | 17:00 | Chen Tai Ji Beginner | BSA Maybacher Heide | Hadmut | 01632757824 |
| | | | Chen Tai Ji Fortgeschr. | BSA Maybacher Heide | Mühlendyck | 01632757824 |
| | 17:30 | 18:30 | Funktionsgymnastik | Fährm.-Schule Forellstr. | Karin Rockstein | 31691 |
| | 18:45 | 19:45 | Funktionsgymnastik | Fährm.-Schule Forellstr. | Karin Rockstein | 31691 |
| | 20:00 | 21:30 | Badminton | D.Bonhoefer Realschule | Andre Janzen | 653518 |
| Di. | Ganztägig Schwimmen mit Ausweispflicht in den Freibädern Recklinghausen Mollbeck und Südbad | | | | | |
| | 09:00 | 10:00 | Bodyfitness für Frauen | Hallenbad Herner Str. | Doris Nisch | 494221 |
| | 10:00 | 11:00 | Wirbelsäulengymnastik | Hallenbad Herner Str. | Doris Nisch | 494221 |
| | 10:00 | 11:30 | Nordic Walking | Bladenhorsterstr..Suderwich | R.Krause W. Menne | 33400/ 57736 |
| | 13:45 | 14:45 | Wassergymn.kein Reha | Hallenbad Herner Str. | Udo Waltenberg | 72164 |
| | 16:30 | 17:30 | Gedächtnistraining jede | Raphael-Schule | Ulrike Modlinski | 0236632680 |
| | 17:40 | 18:40 | u n g e r a d e Woche | Börster Weg Re. Nord | Ulrike Modlinski | 0236632680 |
| | 18:00 | 19:00 | Ski /Funktionsgymnast. | Fährm.-Schule Forellstr | Karin Rockstein | 31691 |
| | 20:00 | 21:30 | Volleyball | Hohenzollern- Schule | Bruno Anders | 27286 |
| Mi | 09:30 | 10:30 | Gymnastik | Hallenbad Herner Str. | Walburga Krebs | 23328 |
| | 10:30 | 12:00 | Square Dance | Hallenbad Herner Str. | Walburga Krebs | 23328 |
| | 13:45 | 14:45 | Wassergymn.kein Reha | Hallenbad Herner Str. | Udo Waltenberg | 72164 |
| | 14:00 | 15:30 | Bewegung 70 Plus | St. Markus Gemeinde | Jutta Ollesch | 42143 |
| | 16:45 | 17:45 | Gymnastik | BSA Maybacher Heide | Anja Rösner | 02368692297 |
| | 17:45 | 18:45 | Chi Ball | BSA Maybacher Heide | Anja Rösner | 02468692297 |
| Do. | 09:30 | 11:00 | Gymnastik und mehr | Hallenbad Herner Str. | Jutta Ollesch | 42143 |
| | 11:00 | 12:30 | Yoga I | BSA Maybacher Heide | Lisa Fohrmann | 01777224001 |
| | 12:45 | 14:15 | Yoga II | BSA Maybacher Heide | Lisa Fohrmann | 01777224001 |
| | 13:45 | 14:45 | Wassergymn.kein Reha | Hallenbad Herner Str. | Udo Waltenberg | 72164 |
| | 16:30 | 18:00 | Wirbelsäulengymnastik | BSA Maybacher Heide | Doris Nisch | 494221 |
| | 19:00 | 21:00 | Freiluft Beach Volleyb. | BSA Maybacher Heide | Bruno Andres | 27286 |
| Fr. | Ganztätiges Schwimmen mit Ausweispflicht F r e i b a d Süd öffentlicher Badebetrieb | | | | | |
| | Ab 15:00 Uhr Schwimmen mit Ausweispflicht H a l l e n b a d Süd öffentlicher Badebetrieb | | | | | |
| | 09:30 | 11:00 | Qi -Gong | BSA Maybacher Heide | Hadmut Mühlendyck | 01632757824 |
| | 18:00 | 19:30 | Sportabzeichen | BSA Maybacher Heide | Jutta Ollesch | 42143 |
| | Mai -- | Sept. | Vorbereitung , Abnahme | | | |
| Sa. | 10:00 | 11:30 | Badminton | D.Bonhoefer Realschule | Andre Janzen | 653518 |
| | 14:00 | 16:00 | Boule / Boccia | TC Nord Lange Wanne | Klaus Gabbert | 86744 |
| April | ? | ? | Radgruppe | Sportplatz SG Hillen | ? | ? |
| So. | 10:00 | 11:00 | Nordic -Walking | Sportplatz SG Hillen | J. Ollesch / M. Pieper | 42143 / 491027 |
| City Fitness Hubertusstr.26 mit Start und Betreuungspauschale und Eigenanteil Studiobetreuung | | | | | | 302320 |
| Ca. alle 2 Monate 2-3 Std. Wanderung Veröffentlichungen beachten ? | | | | | Klaus Kappler | 653797 |

Bis auf wenige Ausnahmen ist das Angebot ganzjährig (Ferien im Ermessen der Übungsleiter / in.

Zur Studionutzung von City – Fitness besteht für Neumitglieder eine Wartezeit von 3 Jahren !!

Wassergymnastik und Tennis ist für Mitglieder und Neumitglieder eine Rücksprache erforderlich

Programmänderungen werden durch Vereinsinfo (Hallenbad Hernerstr. und Maybacher Heide) sowie auf der Homepage : [http:// www.fitab50-recklinghausen.de](http://www.fitab50-recklinghausen.de) bekanntgegeben.

November 2017

FitAb 50 Recklinghausen e.V.

Jahresaktivitäten 2018

Feb. Fr. 16. Abgabetermin für schriftliche Anträge zur JHV

März Fr. 9. Jahreshauptversammlung 18:00 Uhr Emmaus
Gemeindehaus Suderwich Henrichenburger Str.66

Do. 29. Meldeschluss für Fahrten und Reisen 2018

Apr. Sa. 7. Radsaison ? Neuer Radfahrer gesucht !!!
Alle 14 Tage jede gerade Woche, Zeitplan nach Wunsch

Mo. 30. Maigang nach Veröffentlichung.

Mai. Fr. 25. Vorbereitungstreffen zur mehrtätigen Jahresfahrt
18:00 Uhr SG Hillen Clubhaus

Juni. Fr. 15. Tagesfahrt Andernach / Rhein

Juli So. 29. Vereinsfahrt mehrtägig zum Bodensee
bis 3. Aug.

Aug. Sa. 25. Boule -Turnier Tennisplatz TC Nord Lange Wann2

Sep. ? Aktionstag für Ehrengäste (Gesonderte Einladung)

Sa. 22. Jahresfest ab 14:30 Uhr KGV. Emscherbruch

Nov. Mo 12. Tennis – Turnier 10:00 Uhr TC Nord Lange Wanne
und Mo. 19.

Dez. So. 9. Adventsfeier mit Kaffee und Kuchen (Kuchenspenden erbeten)
15:00 Uhr Emmaus Gemeindehaus Henrichenburgerstr. 66-68