

von	bis	Sportart	Sportstätte	Übungsleiter/in	Telefon
Montag					
09:00	10:15	Yoga I	BSA Maybacher Heide	Imke Schmieding	01703831026
10:30	11:45	Yoga II	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
11:00	13:00	Tennis 2x3 Plätze 1 Std	Heiner's Tennishalle, 45659 Recklinghausen	Hermann Schiereck	47836
13:00	14:30	Tai Chi	Hallenbad Herner Str.	Sebastian Garbas	017622728212
15:00	16:30	Qi Gong	BSA Maybacher Heide	Irmtraud Rehpenning	498036
17:30	18:30	Funktionsgymnastik	Fährm.-Schule Forellstr.	Karin Rockstein	31691
18:45	19:45	Funktionsgymnastik	Fährm.-Schule Forellstr.	Karin Rockstein	31691
19:30	20:30	ZUMBA Gold	D.Bonhoeffer Realschule	Stefanie Wuwer	01783800141
20:00	21:30	Badminton	D.Bonhoeffer Realschule	Andre Janzen	653518
Dienstag					
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., Suderw.	R.Krause/M.Wolff	33400/017699149529
12:00	13:30	freies Schwimmen als Ersatz für Wassergymn.	Hallenbad Herner Str.	Gaby Eichenberger	01795427184
18:00	19:00	Funktionsgymnastik	Fährm.-Schule Forellstr.	Karin Rockstein	31691
20:00	21:30	Volleyball	Hohenzollern-Schule	Bruno Andres	27286
Von März bis September werden monatliche Wanderungen (ca. 12 - 15 km) angeboten variiert zwischen DI und DO (siehe Website/Outdoor/Wandern).					
Mittwoch					
09:30	10:30	Gymnastik	Hallenbad Herner Str.	Walburga Krebs	23328
10:30	12:00	Square Dance	Hallenbad Herner Str.	Walburga Krebs	23328
12:00	13:30	freies Schwimmen als Ersatz für Wassergymn.	Hallenbad Herner Str.	Gaby Eichenberger	01795427184
13:00	14:30	Body & Brain Fitness	Hallenbad Herner Str.	Dorothee Vogt	015222935185
14:00	15:30	Bewegung 70 Plus	St. Markus Gemeinde	Jutta Ollesch	42143
16:45	17:45	Gymnastik	BSA Maybacher Heide	Anja Rösner	02368/692297
17:45	18:45	Chi Ball	BSA Maybacher Heide	Anja Rösner	02368/692297
20:00	21:30	Gehfußball	Grundschule, Ev. Im Reitwinkel	Gaby Eichenberger	01795427184
Donnerstag					
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
12:00	13:30	freies Schwimmen als Ersatz für Wassergymn.	Hallenbad Herner Str.	Gaby Eichenberger	01795427184
16:30	18:00	Wirbelsäulengymnastik	BSA Maybacher Heide	Doris Nisch	494221
19:00	21:00	Freiluft Beach Volleyb.	BSA Maybacher Heide	Bruno Andres	27286
Von März bis September werden monatliche Wanderungen (ca. 12 - 15 km) angeboten variiert zwischen DI und DO (siehe Website/Outdoor/Wandern).					
Freitag					
12:00	13:30	freies Schwimmen	Hallenbad Herner Str.	Gaby Eichenberger	01795427184
09:30	11:00	Body & Brain Fitness	BSA Maybacher Heide	Dorothee Vogt	01522 2935185
12:00	13:30	Latin Solo	Widance, Weidestraße 1A	Wiebke Harder	0172 4707906
Samstag					
10:00	12:00	Badminton	D.Bonhoeffer Realschule	Andre Janzen	653518
10:00	12:00	Spazieren und Klönen	1 x Monat/wechselnde Treffen	Gaby Eichenberger	01795427184
13:00	15:00	Boule / Boccia	Sportplatz SG Suderwich (am Freibad)	Klaus Gabbert	86744
11:00	Radgruppe Treffpunkt		Hallenbad Herner Str.	Gerd Grüttner	375366
		Ab April bis Oktober, jede 1. und 3. Woche			
Sonntag					
10:00	11:30	Nordic -Walking	Sportplatz SG Hillen	J. Ollesch/R. Krause	42143/33400
vormittags	freies Schwimmen		Hallenbad Herner Str.	Gaby Eichenberger	01795427184
<ul style="list-style-type: none"> • Bis auf wenige Ausnahmen ist das Angebot ganzjährig (Ferien legen die Übungsleiter individuell fest) • Programmänderungen werden durch Vereinsinfo (Hallenbad Herner Str. und Maybacher Heide) sowie auf der Homepage: http://www.fitab50-recklinghausen.de bekanntgegeben. 					



FitAb 50 Recklinghausen e.V.

Jahresaktivitäten 2024

Febr. Do. 22. Abgabetermin für schriftliche Anträge zur Mitgliederversammlung

Do. 29. Meldeschluss für Fahrten und Reisen 2024

März Fr. 08. Mitgliederversammlung 18:00 Uhr
Emmaus Gemeindezentrum Recklinghausen Suderwich,
Henrichenburger Str.66-68

Apr. Sa. 06. Radsaison jede 1. und 3. Woche
Treffpunkt: Hallenbad, Herner Str., 11:00 Uhr

Sa. 30. Maigang –14:00 Uhr Hohenhorst/Stuckenbusch

Juni. ~~Do. 13. Tagesfahrt Attahöhle und Biggensee
entfällt wegen zu geringer Teilnahme~~

Aug. ~~So. 04.
bis 09. Vereinsfahrt mehrtägig nach Regensburg
entfällt wegen zu geringer Teilnahme~~

Mi 21. **Tag für Ehrengäste** (Jahrgang 1948 und älter) gesonderte Einladung

Sep. Sa. 14. Vereinsfest – 25jähriges Jubiläum Sportplatz Maybacher Heide

So. 15. **StadtSportVest** (unter Vorbehalt)

Dez. Sa. 07. Adventsfeier mit Kaffee und Kuchen (Kuchenspenden erbeten)
15:00 Uhr Emmaus Gemeindezentrum, Henrichenburgerstr. 66-68