

Das **PROGRAMM**

2. Halbjahr 2024

1. Halbjahr 2025



**Freizeit- und
Breitensport**

Informationen:

Geschäftsstelle des Werner SC Südmauer 26,
59368 Werne
Telefon: 02389/6971
E-Mail: info@werner-sc.de
Homepage: www.werner-sc.de



Montag

Wirbelsäulen-Gymnastik

9.00 - 10.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

Hulahoop für Erwachsene

10.00 - 11.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

Hulahoop für Kinder von 5 bis 8 Jahren

15.00 - 16.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

Hulahoop für Kinder ab 9 Jahren

16.00 - 17.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

*Psychomotorik für wahrnehmungs-, koordinations- und bewegungsschwache Kinder

16.00 - 17.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Marion Giese-Vosen, 02389/537352

Rückenkraft und Dehnung

bis Januar 2025: 11.00 - 12.00 Uhr
ab Februar 2025: 17.00 - 18.00 Uhr
Wienbreite-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

Wirbelsäulen-Gymnastik meets Pilates

17.00 - 18.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Gertrude Gilbert, 02389/533668

*BALLance-Methode

18.00 - 19.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Sabine Gudehus, 02389/8556

Bizeps-Step

18.00 - 19.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Brigitte Neumann, 0176/55538597

Rückenfitness mit Power

19.00 - 20.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Sonja Teubner, 02306/9125877

Sport für Männer

20.00 - 21.15 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Petra Steinweg, 02389/534397

Dienstag

Eltern-/Kind-Turnen

9.00 - 10.30 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Simone Pattle, 02389/9902132

Dienstag

*Sport in der Krebsnachsorge

16.00 - 17.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Annette Prömel, 02389/8687

*Babyschwimmen 14.1. bis 1.4.2025, 29.4. bis 8.7.2025, 9.9. bis 25.11.2025

16.00 - 16.45 Uhr, Solebad Werne
Brigitte Wildoer, 02389/79193

Turbokids für Kinder ab 6 Jahren

16.30 - 18.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Stefanie Leleux, 0157/77099391

*Babyschwimmen 14.1. bis 1.4.2025, 29.4. bis 8.7.2025, 9.9. bis 25.11.2025

17.00 - 17.45 Uhr, Solebad Werne
Brigitte Wildoer, 02389/79193

*Sport in der Krebsnachsorge

17.00 - 18.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Annette Prömel, 02389/8687

Pilates für Einsteiger*Innen

16.45 - 17.45 Uhr, Turm Fürstenhof
Sandra Kennedy, 0172/2769322

Gutes für den Rücken - Kraftsport

18.00 - 19.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Beate Schmidt, 02389/535526

BOP

18.00 - 19.00 Uhr, Gymnastikhalle Horst
Inge Schulze Geiping, 02389/51623

Bewegungsmix für Männer und Frauen

18.00 - 19.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Petra Steinweg, 02389/534397

Sport mit Älteren

18.00 - 19.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Rosemarie Overtheil, 02389/534308

Gutes für den Rücken - Kraftsport

19.00 - 20.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Beate Schmidt, 02389/535526

*Rehasport Orthopädie

19.00 - 20.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

* Bei diesen Angeboten sind vorherige Anmeldungen bei den Ansprechpartner*Innen erforderlich



Dienstag

Wirbelsäulen-Gymnastik

19.00 - 20.00 Uhr, Gymnastikhalle Horst
Inge Schulze Geiping, 02389/51623

Zumba

19.00 - 20.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Marielle Süßer-Kautz

Zumba

20.00 - 21.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Marielle Süßer-Kautz

Gutes für den Rücken - Kraftsport

20.00 - 21.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Beate Schmidt, 02389/535526

Orientalischer Tanz für Fortgeschrittene

20.00 - 21.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Ulla Wenske, 02389/7796459

Mittwoch

Circl Mobility

9.00 - 10.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Vanessa Baumeister, 0157/52890883

*Rehasport Orthopädie

10.00 - 11.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

*Rehasport Orthopädie

11.00 - 12.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Julia Reinhold, 0163/2853493

Hiphop für Kinder ab 9 Jahren

15.30 - 16.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Vanessa Baumeister, 0157/52890883

Hiphop für Kinder von 6 bis 8 Jahren

16.30 - 17.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Vanessa Baumeister, 0157/52890883

Regenbogenfische für Kinder ab 3 Jahren

15.45 - 16.45 Uhr, Uhland-Turnhalle
Steffie Sievers, 02389/9783423

Familienporteln

16.45 - 18.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Steffie Sievers, 02389/9783423

Abenteuerland Sporthalle Mädchen

16.00 - 17.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Sandra Kennedy, 0172/2769322

Mittwoch

Yoga

16.30 - 17.30 Uhr, Turm-Fürstenhof
Saskia Kaminiarz, 0174/2713262

Abenteuerland Sporthalle Mädchen

17.00 - 18.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Sandra Kennedy, 0172/2769322

Yoga

17.30 - 18.30 Uhr, Turm-Fürstenhof
Saskia Kaminiarz, 0174/2713262

Bodyfit

18.15 - 19.15 Uhr, Uhland-Turnhalle
Simone Wicke

HapKiDo für Jugendliche u. Erwachsene

18.00 - 19.30 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Andreas Schlüter, 02389/9904274

Kraftsport für jedermann

19.15 - 20.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Marianne Olschewski, 02389/79136

TOP 50/Männersport

19.15 - 20.15 Uhr, Uhland-Turnhalle
Manfred Prömel, 02389/8687

HapKiDo für Erwachsene

19.30 - 21.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Andreas Schlüter, 02389/9904274

TOP 50/Männersport

20.15 - 21.30 Uhr, Uhland-Turnhalle
Manfred Prömel, 02389/8687

Donnerstag

Wirbelsäulen-Gymnastik

9.30 - 10.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Bettina Steinke, 02389/5823

Zumba Gold

10.00 - 11.00 Uhr, Wienbrede-Turnhalle
Melanie Schlüchter, 0157/77226301

Wirbelsäulen-Gymnastik

10.30 - 11.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Bettina Steinke, 02389/5823



Donnerstag

*Herzsport

11.00 - 12.15 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Angelika Henser, 02389/534550

*Rehasport für Lungenkranke

15.00 - 16.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

*Rehasport für Lungenkranke

16.00 - 17.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

*Rehasport für Lungenkranke

17.00 - 18.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

Wirbelsäulen-Gymnastik

17.00 - 18.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Julia Reinhold, 0163/2853493

Dehnen intensiv meets Pilates

17.30 - 18.30 Uhr, Uhland-Turnhalle
Saskia Kaminiarz, 0174/2713262

Bewegung hält fit

18.00 - 19.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Julia Reinhold, 0163/2853493

*Herzsport

18.00 - 19.15 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Angelika Henser, 02389/534550

Salsation

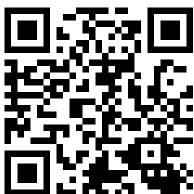
18.30 - 19.30 Uhr, Uhland-Turnhalle
Saskia Kaminiarz, 0174/2713262

Wirbelsäulen-Gymnastik

19.00 - 20.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Julia Reinhold, 0163/2853493

*Herzsport

19.15 - 20.30 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Angelika Henser, 02389/534550



Mit diesem
QR-Code
haben Sie
die neue WSC-App
immer dabei.

Donnerstag

Allround-Fitness

19.30 - 20.30 Uhr, Uhland-Turnhalle
Sandra Hocevar, 02306/21863

*Herzsport

20.30 - 21.45 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Angelika Henser, 02389/534550

Freitag

Zirkeltraining für jedermann

8.30 - 10.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Julia Reinhold, 0163/2853493

Zumba

16.00 - 17.00 Uhr, Uhland-Turnhalle
Melanie Schlüchter, 0157/77226301

*Pilates meets BALLance

16.30 - 17.30 Uhr, Turm Fürstenhof
Sandra Kennedy, 0172/2769322

HapKiDo für Kinder ab 6 Jahren

16.30 - 18.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Andreas Schlüter, 02389/9904274

HapKiDo für Jugendliche und Erwachsene

18.00 - 19.30 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Andreas Schlüter, 02389/9904274

Orientalischer Tanz

19.00 - 21.00 Uhr, Turm Fürstenhof
Elke Kossowski, 0157/59082399

Samstag

*Rehasport für Lungenkranke

9.00 - 10.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

*Rehasport für Lungenkranke

10.00 - 11.00 Uhr, Wienbreite-Turnhalle
Beate Lüttecken, 02389/7796802

Instagram: Wernersc2000fub

Facebook:

Werner SC 2000 e.V. - Freizeit- und Breitensport

* Bei diesen Angeboten sind vorherige Anmeldungen
bei den AnsprechpartnerInnen erforderlich.