

SPORTGEMEINSCHAFT MASSEN TURNEN 1911/45 E.V.

ÜBUNGSSTUNDENPLAN

Sportart	Gruppe	Ort	Zeit	Übungsleiter	Telefon/WA
Montag					
Eltern-Kind-Turnen	11/2 - 4 J.	Hellweg-Realschule Massen	16:30 - 17:30	Eva Bergerhoff	e-ki-tu@sgmtturnen.de
Kleinkinderturnen	4 - 6 J.	Hellweg-Realschule Massen	17:30 - 18:30	Sabine Barnefeld	01575 / 6186030
Kinderturnen	ab 6 J.	Hellweg-Realschule Massen	17:30 - 18:30	Eva Bergerhoff	info@sgmtturnen.de
Turnen	Fester Kreis	Hellweg-Realschule Massen	18:30 - 19:30	Yanna Bergerhoff	WhatsApp
Volleyball	Herren	Schillerschule Massen	19:00 - 22:00	Christian Opitz	christian.opitz@tu-dortmund.de
Prellball und Gymnastik	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	19:30 - 21:00	J. Hosenberg / G. Zündorf	02303 / 54185
Dienstag					
Lauftreff, Walking/Nordic-Walking ★	Sie und Er	Sportplatz Sonnenschule	16:30 - 18:00	Ursula Krippenstapel	02303 / 54939
Wassergymnastik	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	19:00 - 20:00	Bernadeta Wrodarczyk	02303 / 58542
Wassergymnastik	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	20:00 - 21:00	Bernadeta Wrodarczyk	02303 / 58542
Mittwoch					
Turnen	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	16:30 - 19:00	Yanna Bergerhoff	WhatsApp
Fitness für Alle/Calisthenics	Sie und Er	Finnenbahn Massen	18:30 - 19:30	Martin Kalkhof	02303 / 60637
Volleyball Mixed	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	19:00 - 21:30	Sabine Tappe	02303 / 66100
Donnerstag					
Eltern-Kind-Turnen	11/2 - 4 J.	Hellweg-Realschule Massen	16:30 - 17:30	Eva Bergerhoff	e-ki-tu@sgmtturnen.de
Turnen für Fortgeschrittene	Kinder u. Jugend	Hellweg-Realschule Massen	17:30 - 19:15	Yanna Bergerhoff	WhatsApp
Aerobic / Step-Aerobic	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	20:00 - 21:15	Silke Kallweit	02303 / 50705
Freitag					
Turnen	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	17:15 - 18:45	Eva Bergerhoff	info@sgmtturnen.de
Sport für Jedermann	Sie und Er	Hellweg-Realschule Massen	19:30 - 22:00	Christine Deifuß	0173 / 8072844

Mit Ausnahme von **"Lauftreff"** und **"Fitness für Alle"** finden **in den Schulferien keine Übungsstunden** statt!
 ★ In den Sommermonaten beginnt der Lauftreff um 17:30 Uhr!

Hier findet ihr uns im Internet:



<https://sgmtturnen.de>



www.facebook.com/sgm.turnen

Stand: Oktober 2026