

Übersicht des Sportangebotes der BSG Herne

Wochentag	Übungszeiten	Sportgruppe	Ort
Montag	11:00-12.00	Gymnastik Pilates	Turnhalle Overwegstraße 32
	12:00-12:00	Individuelles Gymnastik Entspannung	Turnhalle Overwegstraße 32
	16:15-17:15	Kinderturnen Inklusive 1	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	17:15-18:15	Kinderturnen inklusive 2	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	18:00-19.00	Fitnesstraining	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	18:15-22:00	Tischtennis	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	20:00-21:00	Warmwassergymnastik	Schule Börsinghauser Straße
Dienstag	16:15-17:00	Individuelle Gymnastik für Erwachsene	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	17:15-18:15	Line Dance tanzen auf der Fläche	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	18:00-20:00	Fitnessraum	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	18:00 - 20:00	Boccia	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	19:00-20:00	Warmwassergymnastik	Grundschule Pantringshof Eberhard Wildermuth- Str. 43
Mittwoch	14:30-17:30	Hobbykegeln	Bergschlößchen, Bergstr. 90 - Herne
	16:00-17:00	Nordic Walking 1	Gysenberg
	17:00-20:00	Leistungskegeln	Sporthalle Wanne-Süd
	18:00-19:00	Tiefwassergymnastik	Schwimmbad Südpool Wassergymnastik Bergstraße
	18:00-19:00	Wassergymnastik	Schwimmbad Südpool Wassergymnastik Bergstraße
	18:00-19:00	Wassergymnastik	Schwimmbad Südpool Wassergymnastik Bergstraße
Donnerstag	17:30-18:30	Nordic Walking 2	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	17:30-19:30	Fitnessraum	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	18:30-19:15	Rehabilitationsgymnastik	H2Ö Hölkeskampring Flottmannstr. Hölkeskampus
	19:00-20:00	Wirbelsäulengymnastik	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
	20:00-22:00	Bosseln	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße
Freitag	11:00-12:00	Gymnastik Stütz und Bewegungsapparat	Turnhalle Overwegstraße 32
	16:00-17:00	Wassergymnastik	Grundschule Pantringshof Eberhard Wildermuth- Str. 43
	17:00-18:00	Wassergymnastik	Grundschule Pantringshof Eberhard Wildermuth- Str. 43
	18:00-19:00	Tanzen im Sitzen Individuelle Gymnastik	Behinderten-Sport-Zentrum Krafttraining Forellstraße