

Angebot	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Sportstätte/Treffpunkt	Kontakt	Tel.
<b>TuS Niedernwöhren</b>						
MAC: Gymnastik, Fuß-, Volleyball	m	Montag	19.30	Sporthalle / Beerbusch	Friedrich Meier	05751-15370
Funktionsgymnastik	m / w	Dienstag	16.45	Sporthalle	Monika Wahlmann	5854
Rudern	m / w	Mittwoch	17.00	Anleger, Wiehagen	Eckart Engel	75642
Nordic-Walking	m / w	Sonntag	11.00	Sportplatz	Heike Kerkmann	72763
Boule	m / w	Montag	18.00	Sportplatz	Ferdinand Schmidt	980609
Tischtennis	m / w	Freitag	19.30	Sporthalle		
Tennis	m / w	Dienstag	16.00	Sportplatz		
Tennis - Frauen	w	Mittwoch	16.00	Sportplatz		
Frühstücksrunde	m	Freitag	ab 09.00	Sportplatz		
Herren 55	m	Montag	18.00	Sportplatz		
Tanz	m / w	Montag	19.00	"Alter Krug" Niedernwöhren		
<b>TuSG Wiedensahl e. V. von 1906</b>						
Wandergruppe	m / w	einmal monatlich SO	09.00	Marktplatz/Wiedersahl	Rolf Harmening	05726-921212
Männergymnastik "Mach mit, bleib fit!"	m	Donnerstag	20.00	Sportsaal	Uwe Bulmahn	205
Seniorengruppe	m	Donnerstag	14.30	Sportsaal (Winter) Radtouren (Sommer)	Willi Bender	373
Walking; Stick-Walking; Nordic-Walking	m / w		Termine/Kurse auf Anfrage		Annette Harmening	921212
Rückenschule (Pezziball)	w	Mittwoch	19.00	Sportsaal		921213
Frauenfitnessgymnastik	w	Mittwoch	20.00	Sportsaal	Annette Harmening	921214

Angebot	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Sportstätte/Treffpunkt	Kontakt	Tel.
<b>Badewonne Nordsehl</b>						
"Klönsschnak"	m / w	jeden zweiten Di im Monat	15.00	Bürgerhaus Nordsehl		05721-75152
Schwimmkurs	m / w	Sa (auf Anfrage)		Badewonne Nordsehl	Monika Wahlmann	05721-75152
Funktionstraining	m / w	Mo, Di, Mi (auf Anfrage)		Badewonne Nordsehl		05721-75152
Aqua - Cycling	m / w	Sa, So (auf Anfrage)		Badewonne Nordsehl	Rainer Jagata	05721-75152
Wassergymnastik	m / w	Mo, Di, Mi (auf Anfrage)		Badewonne Nordsehl		05721-75152
Seniorenschwimmen	m / w			Badewonne Nordsehl		05721-75152
Wirbelsäulengymnastik	m / w	Montag	18.30	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Feldenkrais	m / w		auf Anfrage	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Alexander - Technik	m / w	Donnerstag	19.00	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Qi Gong (chin Meditation)	m / w	Freitag	18.30	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Meditationskreis	m / w		auf Anfrage	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Yoga	m / w	Mittwoch	16.00	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Pilates	m / w		auf Anfrage	Badewonne Nordsehl		05721-75152
Energy Dance	m / w		auf Anfrage	Badewonne Nordsehl		05721-75152
<b>SoVD Ortsverband Wiedensahl</b>						
Gruppengymnastik	m / w	Mittwoch	17.00/19.00	Wiedensahl	Ulrich Wohlgemut	05726-360
Seniorentanz	m / w	Freitag	17.00	altes Pfarhaus	Edeltraud Traeder	05726-416
Schwimmen	m / w	Donnerstag	20.00	Badewonne Nordsehl	Helga Rösener	05726-567
Altherren-Fahrradsparte	m / w		Sommerhalbjahr		Rüdiger Dittmann	05726-921116
Altherren-Gymnastik	m / w		Winterhalbjahr		Rüdiger Dittmann	05726-921116
<b>Schützenverein Pollhagen</b>						
kostenloses Seniorenschießen	m / w	einmal monatlich SO	10.00	Schützenverein Pollhagen	Günter Bruns	05721 - 2929
Frauengruppe	w	Montag	19.30	Schützenverein Pollhagen	Günter Bruns	5721 - 2929
Treff der aktiven Mitglieder	m / w	Mittwoch	19.30	Schützenverein Pollhagen	Günter Bruns	5721 - 2929
Geselligkeit	m / w	einmal monatlich SO	10.00 - 12.00	Schützenverein Pollhagen	Günter Bruns	5721 - 2929

Angebot	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Sportstätte/Treffpunkt	Kontakt	Tel.
<b>TC Meerbeck</b>						
Fahrradtouren	m / w	Montag	auf Anfrage	TC Meerbeck	Fritz Grundmeier	05721 - 73832
Damengruppe	w	Dienstag	auf Anfrage	TC Meerbeck		
Herrenrunde	m	Dienstag	ab 16.30	TC Meerbeck		
Kadio Tennis	m / w	Freitag	18.00	TC Meerbeck	Sönke Bruns	0177 6364266
Mix Turnier	m / w	einmal Jährlich		TC Meerbeck		
<b>ASC Pollhagen/Nordsehl</b>						
Gymnastik	m / w	Montag	18.00	ASC Pollhagen/Nordsehl	Joachim Willems	05721 - 77778
Altherren Fußball/Volleyball/Fahrrad	m	Montag	20.00	ASC Pollhagen/Nordsehl	Joachim Willems	05721 - 77778
<b>Schützenverein Hülshagen</b>						
10m Luftgewehr	m / w	Montag	19.30	Schützenverein Hülshagen	Michael Gronde	05721 - 92096
<b>SV Wiedensahl e. V.</b>						
Wandergruppe/Walking Kurse	m / w	auf Anfrage		SV Wiedensahl	Siegfried Rensmann	05721 - 74111
<b>Meerbeck (Siedlergemeinschaft)</b>						
Boulen	m / w	letzter Do im Monat, ab 16.00		Meerbeck	Wilfried Kocht	05721 -2532
Radfahren (bis 20 km)	m / w	einmal monatlich SO, ab 14.00		Meerbeck		05721-2532
Männertour (ca. 50 km)	m	auf Anfrage		Meerbeck		05721 -2532
Klönschnack	m / w	erster Mittwoch im Monat, ab 15.30		Meerbeck		05721 -2532
Witerwanderung	m / w	auf Anfrage		Meerbeck		05721 -2532
<b>Schützenverein Volksdorf</b>						
Kleinkaliber- und Luftgewehr	m / w	saisonbedingt, bitte nachfragen		Schützenverein Volksdorf	Ernst-Dieter Kreft	05721 - 925757
Bogenschießen	m / w	auf Anfrage		Schützenverein Volksdorf	Ernst-Dieter Kreft	05721 - 925757
Klönschnack	m / w	auf Anfrage		Schützenhaus	Ernst-Dieter Kreft	05721 - 925757