

Kursprogramm Frühjahrsferien



Zeitraum 10. - 21.03.25

Name der Abteilung:				
Bezeichnung des Sportangebots	Datum	Wochentag	Uhrzeit	Halle
Basketball				
Training 1. Damen Regionalliga Nord		montags	19:00 - 21:00	Niekampsweg Halle 1
Training M12		dienstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M14.1		dienstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M10		dienstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M18		dienstags	18:30-20.00	Steinwiesenweg
Training M16		dienstags	18:30-20.00	Steinwiesenweg
Training Damen Oberliga		dienstags	20.00-22.00	Steinwiesenweg
Training 1. Herren Regionalliga Nord		dienstags	20.00-22.00	Steinwiesenweg
Training M14.1		donnerstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M16.1		donnerstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M18.1		donnerstags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training W18		donnerstags	18:30-20:15	Steinwiesenweg
Training 1. Damen Regionalliga Nord		donnerstags	18:30-20.00	Steinwiesenweg
Training 1. Herren Regionalliga Nord		donnerstags	20.00-22.00	Steinwiesenweg
Training M12		freitags	17:00-18:30	Steinwiesenweg
Training M10		freitags	16:30 - 18:00	Steinwiesenweg
Training W18		freitags	18:30-20.00	Steinwiesenweg
Rhönrad				
Rhönrad	beide Wochen	Mo Mi Do	Trainingszeiten	Rungwisch
Tischtennis				
Erwachsene	10. & 17.03.	Montags	19:00 - 21:30	Niekampsweg Halle 3
Erwachsene	10. & 17.03.	Montags	17:30 - 19:30	Max-Brauer-Allee 83
Erwachsene	10. & 17.03.	Montags	19:30 - 21:30	Fahrenort 76 - alte Halle
Freizeitgruppe	11. & 18.03.	Dienstags	17:00 - 19:30	Max-Brauer-Allee 83
Erwachsene	12. & 19.03.	Mittwochs	18:00 - 20:00	Max-Brauer-Allee 83
Erwachsene	12. & 19.03.	Mittwochs	19:00 - 21:30	Niekampsweg 25
Erwachsene	12. & 19.03.	Mittwochs	19:30 - 21:30	Fahrenort 76 - alte Halle
Freizeitgruppe	12. & 19.03.	Mittwochs	19:00 - 21:30	Veer Moor 4
Erwachsene	13. & 20.03.	Donnerstags	17:00 - 19:30	Niekampsweg 25
Erwachsene / Punktspiele	14. & 21.03.	Freitags	19:30 - 21:30	Fahrenort
Erwachsene	14. & 21.03.	Freitags	19:00 - 21:30	Max-Brauer-Allee 83

Cheerleading				
Jugendturnen / Cheerleading	11.03.2025	Dienstag	19:00 - 21:30	Lohkamp H3
Jugendturnen / Cheerleading	13.03.2025	Donnerstag	19:30 - 21:30	Max-Brauer-Allee
Jugendturnen / Cheerleading	16.03.2025	Sonntag	16:00 - 21:30	Furtweg
Jugendturnen / Cheerleading	18.03.2025	Dienstag	19:00 - 21:30	Lohkamp H3
Jugendturnen / Cheerleading	20.03.2025	Donnerstag	19:30 - 21:30	Max-Brauer-Allee
Jugendturnen / Cheerleading	23.03.2025	Sonntag	16:00 - 21:30	Furtweg
Freizeitsport				
Line Dance	11.03. / 18.03.	Dienstag	19:00 - 20:30	Rungwisch
Line Dance	19.03.	Mittwoch	20:00 - 22:00	JLS klein
Fit ab 40	11.03. / 18.03.	Dienstag	18:00 - 19:00	Redingskamp Tanzstudio
Faszio Fitness	11.03. / 18.03.	Dienstag	19:00 - 20:00	Redingskamp Tanzstudio
Damengymnastik	13.03.	Donnerstag	19:30 - 21:00	Furtweg
Gymnastik für Jedermann	12.03.	Mittwoch	18:30 - 20:00	Niekampsweg Halle 1
Damengymnastik	20.03.	Donnerstag	19:30 - 21:00	Furtweg
Gymnastik für Jedermann	19.03.	Mittwoch	18:30 - 20:00	Niekampsweg Halle 1
Fit mit Baby	12.03.	Mittwoch	9:30 - 10:30	Redingskamp Halle
Mitmachtanz für Senioren	17.03.	Montag	10:00 - 11:30	Redingskamp Halle
Funktionelles Training	13.03. / 20.03.	Donnerstag	18:00 - 19:00	Veermeer
Hobbybasketball	14.03. / 21.03.	Freitag	20:00 - 22:00	Heidacker
Pilates	11.03.	Dienstag	18:30 - 19:30	Veermeer
Hobbyfußball	16.03. / 23.03.	Sonntag	20:00 - 22:00	Niekampsweg
Zumba	10.03.	Montag	18:00 - 19:00	JLS klein
Zumba	13.03.	Mittwoch	20:00 - 22:00	Niekampsweg Halle 1
Klettern	21.03.	Freitag	18.45 - 21.30	Rispenweg groß
Kinderturnen				
Abenteuerturnen 2-6 Jahre	11.03.	Dienstag	10:00 - 11:00	Niekampsweg
Abenteuerturnen 2-6 Jahre	18.03.	Dienstag	10:00 - 11:00	Niekampsweg
Krabbelgruppe	13.03.	Donnerstag	09:00 - 10:00	Sporthalle Redingskamp
Floorball				
Erwachsene / Liga	11.03.	Dienstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
Minis	13.03.	Donnerstag	17:30 - 19:00	Niekampsweg
U 11	13.03.	Donnerstag	18:00 - 19:30	Niekampsweg
Erwachsene / Liga	13.03.	Donnerstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
Erwachsene / Liga	18.03.	Dienstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
Minis	13.03.	Donnerstag	17:30 - 19:00	Niekampsweg
U 11	13.03.	Donnerstag	18:00 - 19:30	Niekampsweg
Erwachsene / Liga	20.03.	Donnerstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
ShowTeam				
Showteam	19.03. / 26.03.	Mittwoch	18:30 - 20:00	Haubachstraße 55

Karate				
Kinder Fortg. 6-10 Jahre	11. & 18.03.	Dienstags	16:15 - 17:15	Furtweg
Kinder 10 - 14 Jahre	11. & 18.03.	Dienstags	17:30 - 18:30	Furtweg
Jugdl.+Erw. ab 14 Jahre	11. & 18.03.	Dienstags	18:30 - 20:00	Furtweg
Jugdl.+Erw. ab 14 Jahre	13. & 20.03.	Donnerstags	19:00 - 20:30	Baumacker
Kendo				
Kids	11. & 18.03.	Dienstags	18:30 - 20:00	Baumacker
Erwachsene	11. & 18.03.	Dienstags	20:00 - 22:00	Baumacker
Fortgeschrittene	12. & 19.03.	Mittwochs	20:00 - 21:45	Franzosenkoppel
Kinder u. Jugdl.	14. & 21.03.	Freitags	18:00 - 20:00	Baumacker
Erwachsene	14. & 21.03.	Freitags	20:00 - 22:00	Baumacker
Capoeira				
Kinder	12. & 19.03.	Mittwochs	17:00 - 18:00	JLS kleine Halle
Erwachsene	12. & 19.03.	Mittwochs	18:00 - 19:00	JLS kleine Halle
Kinder	14. & 21.03.	Freitags	17:00 - 18:00	Sporthalle Redingskamp
Erwachsene	14. & 21.03.	Freitags	18:00 - 19.30	Sporthalle Redingskamp
Ju Jutsu				
Kinder 8 - 11 Jahre	10. & 17.03.	Montags	17:00 - 18:00	Sporthalle Redingskamp
Kinder ab 12 Jahre	10. & 17.03.	Montags	18:00 - 19:30	Sporthalle Redingskamp
Ab 16 Jahre	10. & 17.03.	Montags	19:30 - 21:00	Sporthalle Redingskamp
Kinder 5 - 6 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	15:00 - 16:00	Sporthalle Redingskamp
Kinder 7 - 9 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	16:00 - 17:00	Sporthalle Redingskamp
Kinder ab 10 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	17:00 - 18:00	Sporthalle Redingskamp
Wettkampf	12. & 19.03.	Mittwochs	18:00 - 19:30	Sporthalle Redingskamp
Ab 16 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	19:30 - 21:00	Sporthalle Redingskamp
Kinder 6 - 13 Jahre	13. & 20.03.	Donnerstags	17:00 - 18:00	Sporthalle Redingskamp
offene Trainingsvorbereitung	13. & 20.03.	Donnerstags	18:00 - 19:30	Sporthalle Redingskamp
Ringn				
Erwachsene	11. & 18.03.	Dienstags	19:30 - 21:00	Sporthalle Redingskamp
Erwachsene	14. & 21.03.	Freitags	19:30 - 21:00	Sporthalle Redingskamp
Judo				
Kinder alle	12. & 19.03.	Mittwochs	16:00 - 17:30	Dojo Redingskamp
Kinder alle	14. & 21.03.	Freitags	15:30 - 17:00	Sporthalle Redingskamp
Phil. Kampfkünste				
Erwachsene	12. & 19.03.	Mittwochs	19:30 - 21:00	Dojo Redingskamp
Erwachsene	13. & 20.03.	Donnerstags	19:30 - 21:00	Sporthalle Redingskamp
Budoturnen				
Kinder 4 - 6 Jahre	10. & 17.03.	Montags	16:00 - 16:45	Dojo Redingskamp
Kinder 4 - 6 Jahre	18.03.	Dienstag	16:00 - 16:45	Dojo Redingskamp
Kinder 4 - 6 Jahre	13. & 20.03.	Donnerstags	16:00 - 16:45	Dojo Redingskamp

Kinder 4 - 6 Jahre	14. & 21.03.	Freitags	15:00 - 15:45	Dojo Redingskamp
Taekwondo				
Kinder alle	18.03.	Dienstag	17:00 - 18:00	Dojo Redingskamp
Grundschule/Wettkampf	18.03.	Dienstag	18:00 - 19:30	Dojo Redingskamp
Kinder alle	20.03.	Donnerstag	17:00 - 18:00	Dojo Redingskamp
Grundschule/Wettkampf	20.03.	Donnerstag	18:00 - 19:30	Dojo Redingskamp
Wettkampftraining	14. & 21.03.	Freitags	16:00 - 17:30	Dojo Redingskamp
Boxen				
Kinder 7 - 13 Jahre	10. & 17.03.	Montags	16:30 - 17:30	BoxGym Redingskamp
Jugend 14 - 17 Jahre	10. & 17.03.	Montags	17:30 - 18:30	BoxGym Redingskamp
Kinder 7 - 13 Jahre	11. & 18.03.	Dienstags	17:00 - 18:00	BoxGym Redingskamp
Jugend 14 - 17 Jahre	11. & 18.03.	Dienstags	18:00 - 19:00	BoxGym Redingskamp
Erwachsene	11. & 18.03.	Dienstags	19:30 - 21:00	BoxGym Redingskamp
Kinder 7 - 13 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	16:30 - 17:30	BoxGym Redingskamp
Jugend 14 - 17 Jahre	12. & 19.03.	Mittwochs	17:30 - 18:30	BoxGym Redingskamp
Kinder 7 - 13 Jahre	13. & 20.03.	Donnerstags	17:00 - 18:00	BoxGym Redingskamp
Jugend 14 - 17 Jahre	13. & 20.03.	Donnerstags	18:00 - 19:00	BoxGym Redingskamp
Kinder Wettkampf	14. & 21.03.	Freitags	16:30 - 18:00	BoxGym Redingskamp
Erwachsene	14. & 21.03.	Freitags	19:30 - 21:00	BoxGym Redingskamp
Thaiboxen				
Ladies	10. & 17.03.	Montags	18:30 - 19:30	BoxGym Redingskamp
Erwachsene gemischt	10. & 17.03.	Montags	19:30 - 20:30	BoxGym Redingskamp
Kickboxen				
Jugend 14+	12. & 19.03.	Mittwochs	18:30 - 20:00	BoxGym Redingskamp
Jugend 16+	13. & 20.03.	Donnerstags	19:00 - 20:00	BoxGym Redingskamp
Jugend 14+	14. & 21.03.	Freitags	18:00 - 19:15	BoxGym Redingskamp
Grappling / Bodenkampf				
Erwachsene 16+	13. & 20.03.	Donnerstags	20:00 - 21:00	BoxGym Redingskamp