

Freizeitsport			Sporthalle
Volleyball - Hobby	Dienstag	20:00 - 22:00	JLS blau
BBRP	Montag (nur 2.3.)	18:00 - 19:00	Rispenweg kl.
Fußball - Hobby	Donnerstag	20:00 - 22:00	Rispenweg gr.
Line Dance	Mittwoch	19:00 - 20:30	JLS blau
Line Dance	Dienstag	19:00 - 20:30	Rungwisch
Pilates	Dienstag	18:30 - 19:30	Veermeer
Pilates	Donnerstag (5.3.)	18:00 - 19:00	Tanzsaal Redingsk.
Prellball	Mittwoch	18:30 - 20:00	Niekampsweg H1
Mitmachtanz Senioren	Montag	10:00 - 11:30	Redingsamp
Fit ab 40	Donnerstag (5.3.)	19:00 - 20:00	Tanzsaal Redingsk.
Damengymnastik	Donnerstag	19:30 - 21:00	Furtweg
Volleyball			
Frauen	Dienstag (10.3.)	19:30 - 21:30	Fahrenort
Frauen	Donnerstag (12.3.)	20:00 - 22:00	JLS
Rhönrad			
Rhönrad	Montag	18:00 - 22:00	Rungwisch
Rhönrad	Mittwoch	18:00 - 22:00	Rungwisch
Rhönrad	Donnerstag	18:00 - 22:00	Rungwisch
Floorball			
Liga	Dienstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
U11	Donnerstag	18:00 - 19:30	Niekampsweg
Liga	Donnerstag	19:30 - 22:00	Niekampsweg
Kinderturnen			
Abenteuerturnen (2 - 6 J.)	Montag	16:00 - 17:30	Veermeer
Cheerleading			
Vipers	Dienstag	19:00 - 21:30	Lohkampstraße H3
Vipers	Sonntag	18:30 - 21:30	Furtweg
Leistungsturnen			
Erwachsene ab 16 J.	Montag	17:00 - 21:00	Lohkampstraße H3
Mädchen 5 - 15 Jahre	Mittwoch	15:00 - 21:00	Lohkampstraße H3
Erwachsene ab 16 J.	Donnerstag	17:00 - 21:00	Lohkampstraße H3
Mädchen 5 - 15 Jahre	Freitag	15:00 - 21:00	Lohkampstraße H3
Action Friday			
Open Gym	Freitag	19:30 - 21:00	Furtweg

Tischtennis			Sporthalle
Training	Montag	17:00 - 21:30	Niekampsweg
Training	Montag	17:30 - 21:30	MBA
Training (Freizeit)	Dienstag	17:00 - 19:30	MBA
Training	Mittwoch	17:00 - 21:30	Niekampsweg
Training (Freizeit)	Mittwoch	19:00 - 21:30	Veermoor
Training	Donnerstag	17:30 - 21:30	Lohkampstraße H1
Training	Freitag	19:00 - 21:30	Lohkampstraße H1
Training	Freitag	19:00 - 21:30	MBA
Basketball			
siehe Homepage	www.bghamburg-west.de		
Fechten			
Kinder ab 8 J., / Erw.	Mittwoch	18:30 - 20:30	Furtweg
Erwachsene	Sonntag	10:00 - 12:00	Furtweg
Boxen			
Kinder 7 - 13 J.	Montag (9.3.)	16:30 - 17:30	BoxGym
Jugend 14 -17 J.	Montag (9.3.)	17:30 - 18:30	BoxGym
Kinder 7 - 13 J.	Dienstag (10.3.)	17:00 - 18:00	BoxGym
Jugend 14 - 17 J.	Dienstag (10.3.)	18:00 - 19:00	BoxGym
Erwachsene	Dienstag	19:30 - 21:00	BoxGym
Kinder 7 - 13 J.	Mittwoch (11.3.)	16:30 - 17:30	BoxGym
Jugend 14 - 17 J.	Mittwoch (11.3.)	17:30 - 18:30	BoxGym
Kinder 7 - 13 J.	Donnerstag (12.3.)	17:00 - 18:00	BoxGym
Jugend 14 - 17 J.	Donnerstag (12.3.)	18:00 - 19:00	BoxGym
Erwachsene	Freitag	19.30 - 21:00	BoxGym
Capoeira			
Kinder & Erwachsene	Mittwoch	17:00 - 18:30	JLS
Kinder & Erwachsene	Freitag	17:00 - 18:30	Redingskamphalle
Judo			
Wettkampf ab 10 J.	Dienstag	17:30 - 19:00	Redingskamphalle
Kinder alle	Freitag	15:30 - 17:00	Redingskamphalle

Ju-Jutsu			Sporthalle
Kinder 8 - 11 J.	Montag	17:00 - 18:00	Redingskamphalle
Kinder ab 12 J.	Montag	18:00 - 19:30	Redingskamphalle
Jugend / Erw. ab 16. J.	Montag	19:30 - 21:00	Redingskamphalle
Kinder 7 - 9 J.	Mittwoch	16:00 - 17:00	Redingskamphalle
Kinder ab 10 J.	Mittwoch	17:00 - 18:00	Redingskamphalle
Kinder Wettkampf	Mittwoch	18:00 - 19:30	Redingskamphalle
Jugend / Erw. ab 16 J.	Mittwoch	19:30 - 21:00	Redingskamphalle
Kick- & Thaiboxen			
Thaiboxen Ladies	Montag	18:30 - 19:30	BoxGym
Thaiboxen Erw. gemischt	Montag	19:30 - 20:30	BoxGym
Kickboxen 14+	Mittwoch	18:30 - 20:00	BoxGym
Kickboxen 14+	Donnerstag	19:00 - 20:00	BoxGym
Phil. Kampfkünste			
Erwachsene	Mittwoch	19:30 - 21:00	Dojo
Erwachsene	Donnerstag	19:30 - 21:00	Redingskamphalle
Taekwondo			
Kinder alle	Mittwoch	17:30 - 18:30	Dojo
Kinder alle	Mittwoch	18:30 - 19:30	Dojo
Wettkampftraining	Freitag	16:00 - 17:30	Dojo
Karate			
Kinder alle	Dienstag	17:30 - 18:30	Furtweg
Kinder/Jugend ab 14 J.	Dienstag	18:30 - 20:00	Furtweg
Kinder/Jugend ab 14 J.	Donnerstag	19:00 - 20:30	Baumacker
Kendo			
Kids	Dienstag	18:30 - 20:00	Baumacker
Erwachsene	Dienstag	20:00 - 22:00	Baumacker
Kinder/Jugend	Freitag	18:00 - 20:00	Baumacker
Erwachsene	Freitag	20:00 - 22:00	Baumacker
Ringern			
alle	Dienstag	18:00 - 19:30	Ekenknick