

Hallenbelegungsplan (gültig ab Nov. 2025)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	ÜL/Ansprechpartner	Telefon
Montag	15.30-16.30 (W)	Fußball F-Jugend	Benny Stausberg, Andy Tasser	0171-3663253
	16.30-17.30 (W)	Fußball Bambini	Dirk Mockenhaupt, Rüdiger Genehr	0175-8041468
	17.30-19.00	Tischtennis + TT-Jugend	Alexander Leidig/Markus Löcherbach	0175-9705975
	19.00-20.00	Tischtennis + TT-Jugend	Alexander Leidig/Markus Löcherbach	0175-9705975
	20.00-22.00	Volleyball	Nils Schauerte	0151-23549311
Dienstag	09.00-10.00	Hausfrauen	Margitta Düber	0160-98778177
	15.00-16.00	Tanzgr. *Super Girls* 1.-4.Schuljahr	Jennifer Schröder/Jessica Schmidt	0176-23332038
	16.00-17.00	Tanzgr. *Flying Feets*ab 5. Schuljahr	Jennifer Schröder/Laura Klein	0176-23332038
	17.00-18.00 (W)	Fußball E-Jugend	J.Schröder/M.Löcherbach	0176-46041094
	18.00-19.00	Yoga	Sabine Manser	0151-70065621
	19.00-20.00	Aerobic	Christiane Fälber	0160-90651101
	20.00-21.00	Gymnastik Männer	Margitta Düber	0160-98778177
Mittwoch	9.30-11.00	Turnen Mutter + Kind 1-3 Jahre	Jessica Schmidt/Anna Eiteneuer	0151-41283072
	16.00-17.00	Gesundheitssport	Friedhelm Dimter	0157-81006711
	17.00-18.30	Turnen Kleinkinder 3-6 Jahre	Tanja Irle/Jonas Irle	
	19.00-20.00	Step-Aerobic	Ulla Rumpf	0151-51085288
	19.00-20.15 (W)	Fußball Alte Herren	Fabian Simon	0175-2042755
	20.15-22.00 (W)	Fussball 1. Mannschaft	P.Kroll/K.Reifenrath	0176-23556581
Donnerstag	15.00-16.00			
	16.00-17.00	reserviert für F-Jugend	Benny Stausberg	0171-3663253
	16.30-18.00 (W)	Fußball D-Jugend	Lukas Engels/Adriano Postorivo	0151-63393398
	18.30-19.30	Fitness Frauen	Ulrike Bode	2488
	19.30-22.00	Tanzgruppe: "Confused Beat"	Benedikt Kappenstein/Sabrina Hof	479251
Freitag	14.30-16.00	Turnen Schulkinder	Tanja Irle	
	16.00-17.00	Tanzgruppe "Tanzmäuse" 4-6 Jahre	Marie Dietershagen/Sophie Wäschenbach	0170-4154329
	17.00-19.00	Hot-Socks	Kimberly Meisch	0151-29117006
	19.00-20.00	Step-Aerobic	Ulla Rumpf	0151-51085288
	20.00-22.00	Gymnastik Frauen	Margitta Düber	0160-98778177
Samstag	9.30-10.30	Reserviert für Kursangebote		
	10.30-13.30	Tanzgruppe: "Confused Beat"	Benedikt Kappenstein/Sabrina Hof	479251
	16.00-17.30	Tanzgruppe: "Hot Socks"	Kimberly Meisch	0151-29117006

www.djkfriesenhagen.de

ERKLÄRUNG: (W) = November bis Februar, (S) = März bis Oktober

Ansprechpartner Gemeinde: Bernhard Gokus 0175-5931322