

## Breitensportplan Winter

2021/22

Tag	Uhrzeit	Angebot	Ansprechpartner
M O N T A G	16:15-19:00	Sauna für Alle	Wolfgang Diedrich Tel.: 02381-12990
	18:30-19:30	Team Rowing im Ergoraum (ab 08.11.21)	Ellen Brandenburger 02381-22397
D I E N S T A G	17:00-20:15	Sauna für Alle	Wolfgang Diedrich Tel.: 02381-12990
	18:00-20:00	Volleyball für fortgeschrittene Anfänger Sporthalle Friedrich-List-Berufskolleg, Muntenburgstraße in Herringen	Siggi Seiwald 02385-3241 <a href="mailto:s.seiwald@web.de">s.seiwald@web.de</a>
M I T T W O C H	16:15-20:15	Sauna für Alle	Wolfgang Diedrich Tel.: 02381-12990
	18:00	Skat im Clubhhaus	Uli Kreck 02381-9983122
	18:00-20:00	Rudern mit Anja Cellar und Christine Brokjans (Start ggfs. früher, solange Kindertraining indoor!!!)	Anja Cellar 02381-374137
	18:30-19:30	Team Rowing im Ergoraum (ab 06.11.19)	Christiane Horbach Tel.: 02381-902673
D O N N E R S T A G	17:00-20:15	Sauna für Alle	Wolfgang Diedrich Tel.: 02381-12990
	19:00-19:45	Funktionsgymnastik Tennishalle am RC (ab 04.11.21)	Ellen Brandenburger 02381-22397
	19:30-22:00	Volleyball Sporthalle Märkisches Gymnasium	Siggi Seiwald 02385-3241 <a href="mailto:s.seiwald@web.de">s.seiwald@web.de</a>
F R E I T A G	15:30-16:15	Damensauna	Wolfgang Diedrich
	16:15-19:30	Sauna für Alle	Tel.: 02381-12990

S A M S T A G	15:15-16:30 Rudern für Alle	C. Eickenbusch/K. Lenferding Tel.: 02381-23518
	16:00-18:30 Sauna für Alle	Wolfgang Diedrich Tel.: 02381-12990
S O N N T A G	10:15-11:30 Rudern für fortgeschrittene Anfänger	Axel Kreck Christian Siepmann <a href="mailto:a.kreck@reck-classic-cars.de">a.kreck@reck-classic-cars.de</a>

**Krafttraining und Ergometertraining täglich - nach  
Absprache mit der Haupttrainerin !**

Kathrin Rutschow  
Tel.. 01522 5648728