

- **KURSE**
- **REHA-SPORT**
- **FIT WERDEN & BLEIBEN**
- **FREUNDE TREFFEN**



Übungsleitende gesucht!

Wir suchen Übungsleitende für neue Sportangebote. Melde dich gern, wenn du ein Teil des Teams werden möchtest. Schreib uns eine Mail an: gymnastik@tvstuhr.de



TV STUHR: GEMEINSAM BEWEGEN



JETZT UNTERSTÜTZEN



DIREKT PER

PAYPAL SPENDEN

Für die Teilnahme am Rehasport mit Verordnung (VO*) ist vorab ein Beratungsgespräch erforderlich.

Bitte melden bei rehasport@tvstuhr.de

SPORTHALLE // BLOCKENER STRASSE

MONTAG	DIENTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
8 - 12 Kindergarten Kathrin Brand 0421-56 21 56 08.00 - 11.45	Kindergarten Kathrin Brand 0421-56 21 56 08.00 - 11.45	Kindergarten Kathrin Brand 0421-56 21 56 08.00 - 11.45	Kindergarten Kathrin Brand 0421-56 21 56 08.00 - 11.45	Kindergarten Kathrin Brand 0421-56 21 56 08.00 - 11.45
14 - 15 	REHA-SPORT Orthopädie Nr. 1 Kai Jansen 14.00 - 15.00	REHA-SPORT VO* Orthopädie Nr. 3 Gissou Sahebi rehasport@tvstuhr.de 14.00 - 15.00		Sitz-Gymnastik Nr. 3 Gisela Grünefeld 0421 58 25 99 14.30 - 15.30
15 - 21 Betriebssport Gem. Stuhr Sebastian Schmidt 0162-3033 634 16.00-17.30	Betriebssport Gem. Stuhr Sebastian Schmidt 0162-3033 634 16.00-17.30	Pilayo für Frauen Nr. 1 Gissou Sahebi buero@tvstuhr.de 15.00 - 16.00		
	REHA-SPORT VO* Orthopädie Nr. 2 Ute Sanders 0421- 80 49 82 17.30 - 18.30	Eltern-Kind-Turnen Nr. 2 1,5 - 3 Jahre Sabrina Balczus 0176-649 808 21 16.00 - 17.30		REHA-SPORT VO* Orthopädie Nr. 4 Markus Reitemeyer 0421 56 97 691 16.45 - 17.45
Kurs TABATA Nr. 1 Sabina Bülders 0151-15 37 87 84 18.45 - 19.45	Kurs RuvoS Nr. 1 "Runter vom Sofa" Tanja Bruchhäuser 0151-706 81 214 18.45 - 19.45	Body Power Nr. 1 Carolina Besser 0152-217 212 53 18.45 - 19.45	Rückenschule Nr. 1 Ute Sanders 0421 80 49 82 18.00 - 19.00	
		HIIT Nr. 1 Carolina Besser 0152-217 212 53 19.45 - 20.45		

VO* = mit Verordnung von der Krankenkasse

Stand: 23.06.2026