

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>ÜBUNGSSTUNDEN IN DER ROLANDHALLE</b>							
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	10.10 - 12.05 Grundschule Brey	08.50 – 12.05 Grundschule Brey	08.30 – 10.00 Kondition / Spiel – Senioren Albrecht Dinkel		08.50 – 13.05 Grundschule Brey	HALLENREINIGUNG	
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	14.45 – 15.45 Seniorinnen – Gymnastik/Spiel Karin Flick	15.30 – 16.30 Eltern & Kind (1-4 jährige) Iris Rüdell	12.15 – 13.05 Grundschule Brey	14.30 – 15.30 Tanzen (ab der 6. Klasse) C. Ecker & J. Wiechmann	14.30 – 15.30 u. 15.30-17.30 Volleyball für Jugendliche Florian Grajewski		
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	16.00 – 17.00 Schülerinnen Schule & Verein Alice Meffert-Bier	16.30 – 17.30 Vorschule – Bewegung/Spiel Andrea Preußner	HALLENREINIGUNG	15.30 – 16.30 Uhr Leichtathletik Kinder ab 5 J. Susanne Flöck			
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	17.15 – 18.15 Leichtathletik Kinder Manfred Alt	17.30 – 18.30 Tanzen f. Mädchen ab 12 J. Monica Monney	15.30 – 16.30 Funkenballett Michelle Claire Drescher u. Franziska Kurz	16.30-18.00 Beachvolleyball für Mädchen (12-16 J.), Jan Grajewski Florian Grajewski,Stephan Reuter	17.30– 18.45 Kondition/Spiel, Männer ab 18 J. Martin Dennert		
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	17.30 – 19.00 Leichtathletik Heinz Weber	18.30 – 20.30 Leichtathletik/Konditionsraum Heinz Weber	16.30 – 18.00 Leichtathletik Kinder Manfred Alt / Marcus Weiß	18.00 – 20.00 Leichtathletik Heinz Weber	19.00 – 21.00 Tischtennis für Erwachsene Werner Petry		
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	19.00 – 20.00 Frauen ab 18, Aerobic / Fitness Andrea Mathy	20.00 – 21.00 Badminton Frauen & Männer René Gromes		20.00 – 21.00 Leichtathletik / Konditionsraum Heinz Weber	<b>Jeden 1. Freitag im Monat :</b> 19.00 – 20.00 : Activity-Treff, ab 20.00 Uhr: Tischtennis		
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	20.00 – 21.00 Frauen, Aerobic / Fitness Viola Richter	21.00 – 22.00 Kurs	20.00 – 21.30 Gymnastik – Frauen Dagmar Schnee	20.00 – 21.00 Rückengymnastik Männer/Frauen Karl-Heinz Breuer			
<b>SONSTIGE TERMINE und TREFFPUNKTE</b>							
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>	09.00 Uhr <u>Dorfplatz</u> Nordic Walking für alle (1,5 h) Gisela Klas	09.00 – 10.30 Yoga <u>im Bürgerhaus</u> Krimhild Jancker	09.00 – 10.00 <u>Dorfplatz</u> Walking für alle Henriette Vogt			14.00 Uhr <u>Dorfplatz</u> (November-März) Nordic Walking für alle (1,5 h) Peter Klas	
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>				18:00-19:45 Fußball, <u>Sporthalle Rhens</u> (nur in den Wintermonaten) Heinz Eich			
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>			ab 18.00 Uhr (April-Oktober) Boule-Treff f. Jedermann <u>Boule-Anlage Campingplatz</u> Rüdiger Böttinger	18.30 Uhr <u>Dorfplatz</u> (April-Oktober) Nordic Walking für alle (1,5 h) Peter Klas			
<b>Uhrzeit:</b> <b>Was:</b> <b>ÜL:</b>		20.00 – 21.30 <u>UNI Koblenz</u> Männergruppe „Lautwein“ Gymnastik/Spiel Remigius Maurus, Martin Flick		20.00 – 22.00 Volleyball / <u>Schottelhalle Spay</u> Koop. TuS Spay/TuS Roland			

**SPORTPLATZ (von April bis Oktober) siehe separater Plan**

Nach vorheriger Absprache ist die Abnahme des Sportabzeichens durch Heinz Weber, K.-H. Breuer oder Peter Klas möglich.

Weitere Informationen: Vereinsbüro TuS Roland Brey e.V., 02628 / 98 63 73 (Gisela Klas); e-mail: tusroland.brey@gmx.de; homepage: www.tus-brey.de