

VBSG Gescher

1. Vorsitzender

Richard Gregorczyk
Alfersesch 22
48712 Gescher
Tel. 6893

2. Vorsitzende

Hildegard Heming
Zur Rauschenburg 40
48712 Gescher
Tel. 1441

www.vbsg-gescher.de

VBSG Gescher e. V.

Versehrten und Behinderten- Sportgemeinschaft Gescher e. V.



Liebe Sportfreunde,

hiermit stellen wir Ihnen die Angebote der VBSG Gescher vor. Wochentag, Uhrzeit, Sporthalle und Übungsleiter bzw. Ansprechpartner können Sie diesem Plan entnehmen.

Nähere Informationen zu den einzelnen Angeboten können Ihnen die Übungsleiter geben. Auskünfte erteilt auch der Sportwart Franz Olbers unter der Telefonnummer 02542/4506.

Während der Sommerferien wird alternativ zu den Sportangeboten eine zweistündige Pättkesfahrt angeboten (Donnerstags ab 18.00 Uhr, Von-Galen-Schule).

Ihr
VBSG

Unsere Angebote

Montag

Gymnastik für Ältere

17.00 bis 18.00 Uhr
Pankratius-Sporthalle
Hildegard Uepping – Tel. 1487
Bernadette Thiery – Tel. 956161

Wirbelsäulengymnastik

18.00 bis 19.00 Uhr
Pankratius-Sporthalle
Andrea Emmerich – Tel. 956657
Bernadette Thiery – Tel. 956161

Nordic-Walking

19.00 bis 20.00 Uhr
Treffpunkt Pankratius-Turnhalle
Hildegard Uepping – Tel. 1487

Osteoporose – Stuhlgymnastik

17.00 bis 17.45 Uhr
17.45 bis 18.45 Uhr
TOT-Heim
Gerda Dieker – Tel. 7742

Osteoporose- und

Beckenbodengymnastik

18.45 bis 19.45 Uhr
TOT-Heim
Gerda Dieker – Tel. 7742

Sportkegeln – Männer

17.30 bis 19.30 Uhr
Hotel Tenbrock
Franz Olbers – Tel. 4506

Sportkegeln – Frauen

17.30 bis 19.30 Uhr
Hotel Tenbrock
Franz Olbers – Tel. 4506

Dienstag

Nordic-Walking

09.30 bis 10.30 Uhr
Treffpunkt Pankratius-Turnhalle
Hildegard Uepping – Tel. 1487

Wirbelsäulengymnastik für Frauen

19.30 bis 20.15 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Gerda Dieker – Tel. 7742

Flugball

20.15 bis 21.00 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Otger Dieker – Tel. 7742

Mittwoch

Schwimmen / Wassergymnastik

18.00 bis 19.00 Uhr
Hallenbad Haus Hall
Franz Olbers – 4506

Donnerstag

Kursangebot

Wirbelsäulengymnastik

17.00 bis 18.00 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Franz Olbers – Tel. 4506
Ulla Kloster – Tel. 916559

Nordic-Walking

18.00 bis 19.00 Uhr
Treffpunkt Pankratius-Turnhalle
Hildegard Uepping – 1487

Bosseln

18.00 bis 19.00 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Franz Olbers – Tel. 4506

Rückengymnastik

19.00 bis 20.00 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Werner Döker u. Ulla Kloster

Faustball

20.00 bis 21.00 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Werner Döker – Tel. 6497

Fußballtennis

21.00 bis 21.45 Uhr
Pankratius-Turnhalle
Werner Döker – Tel. 6479

Samstags

Nordic-Walking nach Vereinbarung
13.30 Uhr
Treffpunkt Pankratiusturnhalle