

VBSG Gescher

1. Vorsitzender

Richard Gregorczyk
Fürstenkamp 8a
48712 Gescher
Tel. 6893

2. Vorsitzende

Hildegard Heming
Zur Rauschenburg 40
48712 Gescher
Tel. 1441

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.

Ihr
VBSG

UNSERE ANGEBOTE

(gültig ab dem 03.11.2022)

MONTAG

Stuhlgymnastik

16.30 bis 17.15 Uhr
alte Von-Galen-Turnhalle
Gerda Dieker – Tel. 7742
Otger Dieker

Die zweite Montagsstunde (17.15 Uhr / Hockergymnastik) und die Dienstagsstunde (19.15 Uhr / Wirbelsäulengymnastik) von Gerda Dieker mussten auf die oben genannte Zeit gelegt werden!

Gymnastik für ältere Frauen

15.00 bis 16.00 Uhr
SV-Kursraum, Hauskampstraße 1
Hildegard Uepping – Tel. 1487
Bernadette Thiery – Tel. 956161

Wirbelsäulengymnastik

17.15 bis 18.00 Uhr
alte Von-Galen-Turnhalle
Hildegard Uepping – Tel. 1487
Bernadette Thiery – Tel. 956161

Nordic-Walking

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

DIENSTAG

Nordic-Walking

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

DONNERSTAG

Boccia

17.00 bis 18.00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik

18.00 bis 19.00 Uhr

Rückengymnastik

19.00 bis 20.00 Uhr

Faustball

20.00 bis 21.30 Uhr

Alle Donnerstags-Angebote finden im Wechsel zu den gleichen Zeiten in den Von-Galen-Turnhallen statt. Danach wird einmal ausgesetzt. Dies gilt ab dem **03.11.2022**.

Das heißt:

03.11.2022 alte Von-Galen-Turnhalle
10.11.2022 neue Von-Galen-Turnhalle
17.11.2022 aussetzen
usw.

Nähere Informationen dazu erteilt der Übungsleiter Werner Döker – Tel. 6497