

Sportprogramm 29.06.-05.07.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 29.06.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
14.00 - 16.00 Uhr	Moderner kreativer Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Lisa Vieler-Mavridis
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Sütthoff
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 30.06.2020			
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD1/wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun

20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld
Mittwoch 01.06.2020			
08.45 - 09.45 Uhr	Sitzgymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Anette Schüle
10.00 - 11.00 Uhr	Fit und Gesund	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Margarete Bartscht
10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
11.30 - 13.15 Uhr	Rehasport	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Peter Kolakowski
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Handball B2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
18.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 4	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
Donnerstag 02.06.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Form und Figur	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Christiane Corona
13.30 - 15.15 Uhr	Rehasport	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marion Oldekamp-Koob
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Süthoff
18.00 - 19.00 Uhr	Bodystyling	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wD1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun

20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
Freitag 03.06.2020			
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.15 - 19.00 Uhr	Akrobatik	Halle Mohnweg	Regina Schmidt
15.30 - 20.30 Uhr	Tanzen	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
16.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.00 Uhr	Problemzonentraining	Jugendraum Halle Steinbreche	Sabine Kröger
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball B2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
Samstag 04.06.2020			
16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
<p>Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de Fit & Aktiv STudio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr</p>			

Sportprogramm 06.07.-12.07.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 06.07.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Sühoff
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 07.07.2020			
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD1/wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld
Mittwoch 08.07.2020			
08.45 - 09.45 Uhr	Sitzgymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Anette Schüle

10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Handball B2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz

Donnerstag 09.07.2020

09.00 - 10.00 Uhr	Form und Figur	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Christiane Corona
13.30 - 15.15 Uhr	Rehasport	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marion Oldekamp-Koob
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Süthoff
18.00 - 19.00 Uhr	Bodystyling	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wD1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.30 - 20.00 Uhr	Handball B1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun

Freitag 10.07.2020

15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.15 - 19.00 Uhr	Akrobatik	Halle Mohnweg	Regina Schmidt

15.30 - 20.30 Uhr	Tanzen	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
16.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.00 Uhr	Problemzonentraining	Jugendraum Halle Steinbreche	Sabine Kröger
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball B2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz

Samstag 11.06.2020

16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
-------------------	--------------	------------	------------

Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de
Fit & Aktiv STudio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr

Sportprogramm 13.07.-19.07.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 13.07.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.30 - 18.00 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Sühoff
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 14.07.2020			
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
16.30 - 17.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 20.30 Uhr	Herzsport	Halle Kippekausen	Stephanie Löffler
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld
Mittwoch 15.07.2020			

08.45 - 09.45 Uhr	Sitzgymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Anette Schüle
10.00 - 11.00 Uhr	Fit und Gesund	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Margarete Bartscht
10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
11.30 - 13.15 Uhr	Rehasport	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Peter Kolakowski
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Handball B2	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz

Donnerstag 16.07.2020

09.00 - 10.00 Uhr	Form und Figur	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Christiane Corona
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.00 - 17.00 Uhr	Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sara Romolo
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Süthoff
18.00 - 19.00 Uhr	Bodystyling	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
18.00 - 21.30 Uhr	Floorball	Halle Saaler Mühle	Kai Willems
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.30 - 20.00 Uhr	Handball B1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun

Freitag 17.07.2020			
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.15 - 19.00 Uhr	Akrobatik	Halle Mohnweg	Regina Schmidt
15.30 - 20.30 Uhr	Tanzen	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Marie Raucamp
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
16.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.00 Uhr	Problemzonentraining	Jugendraum Halle Steinbreche	Sabine Kröger
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
18.00 - 19.30 Uhr	Handball B2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
Samstag 18.06.2020			
16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
<p>Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de Fit & Aktiv Studio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr</p>			

Sportprogramm 20.-26.07.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 20.07.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.30 - 18.00 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 19.00 Uhr	Body Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
18.00 - 20.00 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Fitness für Paare	Halle Kippekausen	Dagmar Tausch
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 21.07.2020			
10.30 - 11.30 Uhr	Stretch & Relax	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
16.30 - 17.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 20.30 Uhr	Herz-sport	Halle Kippekausen	Stephanie Löffler
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun

18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld

Mittwoch 22.07.2020

09.00 - 10.00 Uhr	Fit und Gesund	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Margarete Bartscht
10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 20.30 Uhr	Yoga	Fit & Aktiv Studio	Andrea Gabriel
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
18.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz

Donnerstag 23.07.2020

09.00 - 10.00 Uhr	Form und Figur	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Christiane Corona
10.15 - 11.30 Uhr	Fitnessgymnastik	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Dagmar Tausch
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.30 - 17.00 Uhr	Fitnessgymnastik	Halle Mohnweg	Dagmar Tausch
16.00 - 17.00 Uhr	Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sara Romolo
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems

17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Floorball	Halle Saaler Mühle	Kai Willems
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.30 - 20.00 Uhr	Handball B1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun

Freitag 24.07.2020

15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
16.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 18.00 Uhr	Problemzonentraining	Jugendraum Halle Steinbreche	Sabine Kröger
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz

Samstag 25.06.2020

16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
-------------------	--------------	------------	------------

Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de
Fit & Aktiv Studio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr

Sportprogramm 27.07.-02.08.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 27.07.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.30 - 18.00 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 19.00 Uhr	Body Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
18.00 - 20.00 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Fitness für Paare	Halle Kippekausen	Dagmar Tausch
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 28.07.2020			
10.30 - 11.30 Uhr	Stretch & Relax	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
16.30 - 17.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 20.30 Uhr	Herzsport	Halle Kippekausen	Stephanie Löffler
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun

18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld

Mittwoch 29.07.2020

09.00 - 10.00 Uhr	Fit und Gesund	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Margarete Bartscht
10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
11.30 - 13.15 Uhr	Rehasport	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Peter Kolakowski
14.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 20.30 Uhr	Yoga	Fit & Aktiv Studio	Andrea Gabriel
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
18.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz

Donnerstag 30.07.2020

10.00 - 14.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
10.15 - 11.30 Uhr	Fitnessgymnstik	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Dagmar Tausch
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.30 - 17.00 Uhr	Fitnessgymnstik	Halle Mohnweg	Dagmar Tausch
16.00 - 17.00 Uhr	Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sara Romolo
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems

17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 21.30 Uhr	Floorball	Halle Saaler Mühle	Kai Willems
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun

Freitag 31.07.2020

15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
16.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz

Samstag 25.06.2020

16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
-------------------	--------------	------------	------------

Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de
 Fit & Aktiv Studio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr

Sportprogramm 03.-09.08.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 03.08.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
14.00 - 16.00 Uhr	Moderner kreativer Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Lisa Vieler-Mavridis
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren-sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.30 - 18.00 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 19.00 Uhr	Body Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
18.00 - 20.00 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Fitness für Paare	Halle Kippekausen	Dagmar Tausch
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 04.08.2020			
10.30 - 11.30 Uhr	Stretch & Relax	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Claudia Scillia
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
16.30 - 17.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 20.30 Uhr	Herzsport	Halle Kippekausen	Stephanie Löffler
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang

18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld

Mittwoch 05.08.2020

10.00 - 11.15 Uhr	Geselliges Tanzen	Jugendraum Halle Steinbreche	Helga Wittig
10.00 - 11.15 Uhr	Ehepaarfitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
15.30 - 18.30 Uhr	Turnen	Halle Steinbreche	Silke Zeyen
16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
16.45 - 18.00 Uhr	Gymnastik	Jugendraum Halle Steinbreche	Petra Schlösser
17.00 - 18.30 Uhr	Handball E1/E2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 20.30 Uhr	Yoga	Fit & Aktiv Studio	Andrea Gabriel
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball C2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 20.00 Uhr	Alles mit dem Ball	Saaler Mühle	Silke Pickartz
18.30 - 20.00 Uhr	Folklore	Halle Kippekausen	Helga Wittig
18.30 - 20.30 Uhr	Taiji	Jugendraum Halle Steinbreche	Aimin Feng
18.30 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
19.00 - 21.00 Uhr	Faustball	Halle Mohnweg	Udo Bronny
19.15 - 21.00 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz
19.30 - 21.30 Uhr	Handball Herren 2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Lars Lachmann
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Sportplatz	Hans-Friedrich Schmitz

Donnerstag 06.08.2020

10.15 - 11.30 Uhr	Fitnessgymnstik	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Dagmar Tausch
15.00 - 20.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.30 - 17.00 Uhr	Fitnessgymnstik	Halle Mohnweg	Dagmar Tausch
16.00 - 17.00 Uhr	Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sara Romolo

16.30 - 18.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
18.00 - 19.30 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Floorball	Halle Saaler Mühle	Kai Willems
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.30 - 20.00 Uhr	Handball B1	Halle Ahornweg	Christopher Braun
19.00 - 20.30 Uhr	Handball wA	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 1/2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun

Freitag 07.08.2020

15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.30 - 18.00 Uhr	Handball E1/E2	Halle Ahornweg	Christopher Braun
17.00 - 18.00 Uhr	Problemzonentraining	Jugendraum Halle Steinbreche	Sabine Kröger
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wD2	IGP	Christopher Braun
17.30 - 18.45 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
18.00 - 21.30 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.45 - 20.15 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 21.00 Uhr	Spielturnen/Hallenfußball	Halle Mohnweg	Bernd Müller
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Ralf Kemp
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Saaler Mühle	Silke Pickartz

Samstag 25.06.2020

16.00 - 18.00 Uhr	Hobbyfußball	Sportplatz	Sven Feige
-------------------	--------------	------------	------------

Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de
Fit & Aktiv Studio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr

Sportprogramm 10.-11.08.2020

Zeit	Angebot	Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
Montag 10.08.2020			
09.00 - 10.00 Uhr	Bodymix	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
10.00 - 11.00 Uhr	Gezieltes Wirbelsäulentraining	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Monika Sidlo-Scheuch
14.00 - 16.00 Uhr	Moderner kreativer Kindertanz	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Lisa Vieler-Mavridis
15.00 - 17.00 Uhr	Senioren sport	Halle Mohnweg	Desiree Schrader/Elke Pütz
15.00 - 21.30 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
16.30 - 18.00 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Taiji	Draußen/Park	Rita Hügel
17.00 - 18.30 Uhr	Handball D1/D2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Kampfsport	Halle Schwerfelstraße	Christian Süthoff
17.30 - 18.45 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Erika Kürten
18.00 - 20.00 Uhr	Fechten	Halle Kippekausen	Torsten Engels
18.00 - 20.00 Uhr	Funktionsgymnastik	Sportplatz	Herbert Wingen
18.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	Halle Steinbreche	Nico van der Lucht/Ralf Kemp
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wB	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Fitness für Paare	Halle Kippekausen	Dagmar Tausch
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Herren 3	IGP	Christopher Braun
Dienstag 11.08.2020			
15.00 - 18.00 Uhr	Badminton	Halle Steinbreche	Heinz Kelzenberg
15.00 - 21.30 Uhr	Tischtennis	Halle Schwerfelstraße	Jakob Eberhardt
16.15 - 17.15 Uhr	Rückenschule	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Andrea Deviscour-Beuel
16.30 - 17.30 Uhr	Floorball	Halle Kippekausen	Kai Willems
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wE1	IGP	Christopher Braun
17.00 - 18.30 Uhr	Handball wD1/wD2	IGP	Christopher Braun
17.00 - 21.30 Uhr	Cheerleading	Saaler Mühle	Christina Aronica
17.30 - 20.30 Uhr	Herz sport	Halle Kippekausen	Stephanie Löffler
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Frauke Soldanski
18.00 - 20.00 Uhr	running team	Stadion Bergisch Gladbach	Jochen Baumhof
18.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik	Halle Mohnweg	Jutta Bodden-Weissang
18.00 - 21.30 Uhr	Handball A2/C1/Herren 2/Damen 1	Halle Ahornweg	Christopher Braun

18.00 - 21.30 Uhr	Handball A1/B1/Herren 1	Halle Steinbreche	Christopher Braun
18.30 - 20.00 Uhr	Handball wC1/wC2	IGP	Christopher Braun
19.00 - 20.00 Uhr	Power Fitness	Bürgerzentrum Haus Steinbreche	Sabine Kröger
20.00 - 21.30 Uhr	Handball Damen 2	IGP	Christopher Braun
20.00 - 21.30 Uhr	Jedermänner	Halle Mohnweg	Jörg Stadtfeld

Infos zu den Tenniszeiten: TV-Refrath-Tennis@t-online.de

Fit & Aktiv STudio: Öffnungszeiten: Mo - Fr 08.00 - 21.00 Uhr, Sa/So 10.00 - 15.00 Uhr