



Fit & Gesund

Leitung der Abteilung Fit & Gesund

Renate Stodden (Abt.-Leitung)

Anschrift: Doomerstr. 19
47877 Willich
Telefon: 02156 46 60

Robert Holter-Hauke (stellv. Abt.-Leitung)

Anschrift: Schottelstr. 70
47877 Willich
Telefon: 02156 4 08 33

www.fitgesund.tv-anrath.de

Mitgliedschaft:

Anmeldung schriftlich an die Geschäftsstelle oder bei den Übungsleitern.

Jahresbeitrag:

Jugendliche bis 18 Jahre	60,- Euro
Erwachsene	98,- Euro
Familien	196,- Euro
Fördernde Mitglieder	45,- Euro

Bankverbindung:

Sparkasse Krefeld
BIC SPKR DE33 XXX
IBAN DE56320500000005859004
Volksbank Mönchengladbach eG
BIC GENO DED1 MRB
IBAN DE40310605174270903016

Wenn Sie weitere Informationen haben möchten, kommen Sie in unsere Geschäftsstelle:

Neersener Straße 53.
dienstags von 10.00 bis 12.00 Uhr
donnerstags von 18.00 bis 20.00 Uhr

Telefon: (02156) 22 00
Fax: (02156) 10 91 64
E-Mail: geschaeftsstelle@tv-anrath.de
Internet: www.tv-anrath.de
Facebook: www.facebook.com/TVAnrath



Das Sportangebot der Abteilung Fit & Gesund

Tag	von - bis	Sportart	Sportstätte	Übungsleiter	Telefon/E-Mail
Montag	14:00 - 15:00	Hockergymnastik	TVA Geschäftsstelle	Renate Stodden	02156 - 4660
Mittwoch	10:00 - 11:00	Hockergymnastik	TVA Geschäftsstelle	Renate Stodden	02156 - 4660
Mittwoch	11:00 - 12:00	Hockergymnastik	TVA Geschäftsstelle	Renate Stodden	02156 - 4660
Montag	16:00 - 17:30	Bewusste Gymnastik in Anlehnung	TVA Geschäftsstelle	Veronika Schmitz	02156 - 6863
Mittwoch	15:30 - 17:00	an Feldenkrais			
Montag	16:15 - 17:15	Seniorengymnastik	Gymnasiumshalle	Barbara Koenen	02156 - 912431
Montag	19:30 - 21:00	Herzsport bis 50 Watt	Hochheideweg	Sina Lindner	
Montag	19:30 - 21:00	Herzsport ab 50 Watt	Hochheideweg	Jutta Sauer	02156 - 41894
Montag	20:15 - 22:15	Jedermänner/-frauen	Gymnasiumshalle	Bernd Peylo	02156 - 492367
Mittwoch	ab 09:30	Gesundes Gehen	Sportplatz Donkkampfbahn	Margret Calefice	02156 - 1341
Freitag	09:30 - 10:30	im eigenen Rhythmus	Sportplatz Donkkampfbahn	Margret Calefice	02156 - 1341
Freitag	ab 10:30	Boule (offenes Angebot)	Sportplatz Donkkampfbahn		02156 - 2200
Sonntag	siehe Aushang	Radsport März - Oktober	Touren	Monika Zens	02156 - 3560
Montag	18:15 - 19:15	Stretch & Relax	Gymnasiumshalle	Sabine Nießen	02156 - 2200
Mittwoch	17:00 - 18:00	Wirbelsäulengerechte Gymnastik	Gymnasiumshalle	Renate Stodden	02156 - 4660
Mittwoch	18:15 - 19:15	Wirbelsäulengerechte Gymnastik	Gymnasiumshalle	Veronika Schmitz	02156 - 6863
Mittwoch	19:15 - 20:15	Mann-Power 60+	Gymnasiumshalle	Bernd Peylo	02156 - 492367

Das KURS-Angebot

Informationen zu jedem KURS, z.B. die jeweiligen Starttermine, erfragen Sie bitte beim angegebenen Übungsleiter oder der Abteilungsleitung!

Montags	18:00 - 19:30	„Quelle der Ruhe finden“ I	KiTa Huiskensstraße	Maria Pimpertz	02156 - 41148	KURS*)
Montags	19:45 - 21:00	„Quelle der Ruhe finden“ II	KiTa Huiskensstraße	Maria Pimpertz	02156 - 41148	KURS*)
Dienstag	10:00 - 11:00	Wassergymnastik I	Variobad Willich	Renate Stodden	02156 - 4660	KURS*)
Dienstag	11:00 - 12:00	Wassergymnastik II	Variobad Willich	Renate Stodden	02156 - 4660	KURS*)
Mittwoch	11:00 - 12:00	Wassergymnastik III	Variobad Willich	Barbara Koenen	02156 - 912431	KURS*)
Donnerstag	18:30 - 19:30	Wassergymnastik IV	Variobad Willich	Barbara Koenen	02156 - 912431	KURS*)
Dienstag	19:30 - 21:00	Yoga für Erwachsene I	KiTa Furthstraße	Antje David	01577 - 1461886	KURS*)
Mittwoch	18:00 - 19:30	Yoga für Erwachsene II	TVA Geschäftsstelle	Antje David	01577 - 1461886	KURS*)
Mittwoch	19:45 - 21:15	Yoga für Erwachsene III	TVA Geschäftsstelle	Antje David	01577 - 1461886	KURS*)
Donnerstag	09:00 - 10:30	Yoga für Erwachsene IV	TVA Geschäftsstelle	Uwe Schneider	02153 - 72996	KURS*)
Donnerstag	10:45 - 12:15	Tai Chi	TVA Geschäftsstelle	Uwe Schneider	02153 - 72996	KURS*)
Dienstag	19:00 - 20:00	Faszien Training "fayo"	Gymnasiumshalle	Hildegard Cattien	geschaeftsstelle@tv-anrath.de	
Montag	19:15 - 20:15	Punch Fit	Gymnasiumshalle	Sabine Nießen	02156 - 2200	

*) für Kurse fallen zusätzliche Gebühren an. Alle Informationen erhalten sie beim angegebenen Ansprechpartner.

