

## **Sitzgymnastik für Damen und Herren**

**Dienstag** 10:00 – 11:00 Uhr Gilda Ebel Tel.: 05244 3040  
11:00 – 12:00 Uhr Gilda Ebel Tel.: 05244 3040  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Damen und Herren (Gymnastik, Volleyball, ab 40 Jahre)**

**Montag** 20:00 – 22:00 Uhr Maria Allerbeck Tel.: 05244 2228  
Ort: Turnhalle Schulzentrum Neuenkirchen

## **Fitness für Männer (ab 40 Jahre)**

**Montag** 19:00 – 20:00 Uhr Roland Plötner Tel.: 01751188714  
Ort: Turnhalle am Diekamp

## **Wirbelsäulengymnastik**

**Mittwoch** 19:00 – 20:00 Uhr Veronika Meier Tel.: 05244 1470  
20:00 – 21:00 Uhr Veronika Meier Tel.: 05244 1470  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Funktionsgymnastik für Damen**

**Mittwoch** 10:00 – 11:00 Uhr Irmgard Ellefredt Tel.: 05244 2794  
Ort: Turnhalle Am Diekamp

## **Damengymnastik ab 50 J.**

**Donnerstag** 18:00 – 19:00 Uhr Irmgard Ellefredt Tel.: 05244 2794  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Damengymnastik ab 65 J.**

**Donnerstag** 09:00 – 10:00 Uhr Stephanie Rogers Tel.: 05244 3129  
**Donnerstag** 16:00 – 17:00 Uhr Agnes Knaup Tel.: 05244 2540  
**Mittwoch** 10:00 – 11:00 Uhr Stephanie Rogers Tel.: 05244 3129  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Herrengymnastik und Ball über die Schnur ab 60 J.**

**Donnerstag** 19:00 – 20:00 Uhr Stephanie Rogers Tel.: 05244 3129  
Ort: Turnhalle Am Diekamp

**über 100 Jahre ...jung geblieben!**



# **2026**

## **Angebote in der Abteilung Breitensport des TuS Westfalia Neuenkirchen**

Stand: Januar 2026

Jahresbeitrag: Kinder/Jgd. 40 €, Erwachsene: 60 €  
Kündigung auch zum Halbjahr möglich!

## **Angebote für (Klein-) Kinder und Jugendliche**

### **Purzelturnen (ab 1 Jahr)**

**Dienstag** 15:00 - 16:00 Uhr Lara Maschin Tel.: 0176/48085101  
**Freitag** 11:00 - 12:00 Uhr Ramona Bröckling Tel.: 0171/1268172  
Ort: Turnhalle Am Diekamp

### **Eltern Kind Turnen mit Lara und Tina (2- 4 Jahre)**

**Mittwoch** 15:00 – 16:00 Uhr Lara Maschin Tel.: 0176/48085101  
**Mittwoch** 16:00 – 17:00 Uhr Lara Maschin Tel.: 0176/48085101  
**Donnerstag** 15:00 – 16:00 Uhr Sibylle Hildebrand Tel.: 0176/51176439  
**Donnerstag** 16:00 – 17:00 Uhr Sibylle Hildebrand Tel.: 0176/51176439  
Ort: Turnhalle Am Diekamp

### **Kinderturnen für Mädchen und Jungen (4 – 6 Jahre) ohne Eltern**

**Montag** 15:00 -16:00 Uhr Laura Horstmann Tel.: 0176/22302251  
**Donnerstag** 17:00 -18:00 Uhr Jana Gieseke Tel.: 0175/8806886  
**Freitag** 15:00 -16:00 Uhr Jutta Temme Tel.: 05244 10148  
Ort: Turnhalle Am Diekamp

**MädchenSport (6 – 8 Jahre)****Montag** 16:00– 17:00 Uhr

Marina Bäumker Tel.: 0173/2402341

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**MädchenSport (9 – 11 Jahre) (KV\*)****Montag** 17:00 – 18:00 Uhr

Nathalie Martinschledde 0151/50591419

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Jugendsport für Mädchen und Jungen (9-12 Jahre) (KV\*)****Donnerstag** 18:00 – 19:00 Uhr

Marina Bäumker Tel.: 0173/2402341

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Jungensport (6 – 8 Jahre)****Mittwoch** 17:00 – 18:00 Uhr

Laura Horstmann Tel.: 0176/22302251

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Tanzen für Mädchen und Jungen (4 – 6 Jahre) Floh-Hüpfer****Dienstag** 17:00 – 18:00 Uhr

Kira Fleiter Tel.: 0159/02360797

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Tanzen für Mädchen und Jungen (4 – 6 Jahre) Springmäuse****Mittwoch** 17:00 – 18:00 Uhr

Rebekka Peter Tel.: 0178/5048225

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Tanzen für Mädchen (6 – 8 Jahre) Disco- Bienchen****Freitag** 15:00 – 16:00 Uhr

Ramona Bröckling Tel.: 0171/1268172

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Freitag** 16:00 – 17:00 Uhr

Ramona Bröckling Tel.: 0171/1268172

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Tanzen für Mädchen (9 – 11 Jahre) Glitzergirls (KV\*)****Freitag** 16:30 – 17:30 Uhr

Sabrina Andersen Tel.: 017652877886

17:30 – 18:30 Uhr

Sabrina Andersen Tel.: 017652877886

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Hip Hop (11-16 Jahre)****Mittwoch** 18:00- 19:00 Uhr

Sophia Gibert Tel.: 0176/30784609

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

\* KV: Die TN\*innen können einen Kooperationsvertrag zw. Verein und Schule schließen.

**Angebote für Erwachsene****Zumba****Mittwoch** 20:00 – 21:00 Uhr

Julia Stachowicz Tel.: 0176/32896160

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Zumba Gold****Dienstag** 18:00 – 19:00 Uhr

Elena Butov Tel.: 05241 46966

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**STRONG Nation****Montag** 18:00 – 19:00 Uhr

Elena Butov Tel.: 05241 46966

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Mutti macht Sport****Dienstag** 16:00 – 17:00 Uhr

Lara Maschin Tel.: 0176/48085101

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Fit- Mix****Mittwoch** 19:00 – 20:00 Uhr

Monika Diaz Tel.: 0162/9226951

Ort: Turnhalle Am Diekamp

**Fitness für Damen (ab 40 Jahre)****Montag** 19:00 – 20:00 Uhr

Dagmar Willimzik Tel.: 05244 78275

**Donnerstag** 19:00 – 20:00 Uhr

Andrea Beier Tel.: 0175/4547905

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Pilates für Damen****Montag** 18:00 – 19:00 Uhr

Dagmar Willimzik Tel.: 05244 78275

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Gymnastik für Seniorinnen und Senioren****Montag** 16:00 – 17:00 Uhr

Veronika Meier Tel.: 05244 1470

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

**Herrengymnastik ab 65 J.****Mittwoch** 11:00 – 12:00 Uhr

Stephanie Rogers Tel.: 05244 3129

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Gedächtnistraining- Fit von Kopf bis Fuß, ab 70 J.**

**Montag** 10:00 – 11:00 Uhr B. und R. Pröger Tel.: 05244 2889  
**Montag** 11:15 – 12:15 Uhr B. und R. Pröger Tel.: 05244 2889  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

## **Kurse**

### **Folgende Sportangebote finden im Kurssystem statt:**

Jeder Kurs läuft über 12 Wochen. Eine Anmeldung ist erforderlich.  
Aktuelle Kurstermine sind auf der Internetseite nach zu lesen!

### **Hatha Yoga mit Annett am Vormittag**

**Donnerstag** 10:00 – 11:30 Uhr Annett Schäfers 0173/2722416 (SMS)  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp a-schaefers-yoga @gmx.de

### **Hatha Yoga mit Annett am Abend**

**Dienstag** 19:00 – 20:30 Uhr Annett Schäfers 0173/2722416 (SMS)  
Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp a-schaefers-yoga @gmx.de

## **Outdoor- Angebote**

### **Folgende Angebote finden außerhalb der Sporthallen statt:**

#### **Boule (NK- Boules)**

**Dienstag** 14:00 – 16:00 Uhr Friedrich Prill Tel.: 05244 3184  
Josef Gottschlich Tel.: 05244 3705

Ort: Boule- Anlage im GSP Rietberg

#### **Lauftreff**

**Montag** 19:00 – 20:00 Uhr Karoline Müller Tel.: 0151/51771511  
**Mittwoch** 19:00 – 20:00 Uhr Karoline Müller Tel.: 0151/51771511  
Ort: Treffpunkt am Sportheim in Neuenkirchen

#### **Power- Walking**

**Mittwoch** 19:00 – 20:00 Uhr Jutta Temme Tel.: 05244 10148  
Ort: Treffpunkt am Sportheim in Neuenkirchen

#### **Walking / Nordic-Walking**

**Dienstag** 18:00 – 19:00 Uhr Agnes Knaup Tel.: 05244 2540  
Christa Oehlschlägel Tel.: 05244 3636  
Ort: Treffpunkt GSP Rietberg, Eingang Nord

[www.tus-westfalia-neuenkirchen.de/breitensport](http://www.tus-westfalia-neuenkirchen.de/breitensport)