

Sitzgymnastik für Damen und Herren

Dienstag 10:00 – 11:00 Uhr Tanja P. tpeitz@gmx.net
11:00 – 12:00 Uhr Tanja P. tpeitz@gmx.net

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

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

Montag 18:30 – 20:00 Uhr Maria Allerbeck 05244 2228

Ort: Turnhalle Schulzentrum Neuenkirchen

Volleyball

Montag 20:00 – 22:00 Uhr Rastam und Viktoria Parfenov

Ort: Turnhalle Schulzentrum Neuenkirchen 0155/61930752

Fitness für Männer (ab 40 Jahre)

Montag 19:00 – 20:00 Uhr Roland Plötner 0175/1188714

Ort: Turnhalle am Diekamp

Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr Veronika Meier 05244/1470

20:00 – 21:00 Uhr Veronika Meier 05244/1470

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

Funktionsgymnastik für Damen

Mittwoch 10:00 – 11:00 Uhr Irmgard Ellefredt 05244/2794

Ort: Turnhalle Am Diekamp

Damengymnastik ab 50 J.

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Irmgard Ellefredt 05244/2794

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

Damengymnastik ab 65 J.

Donnerstag 09:00 – 10:00 Uhr Stephanie Rogers 05244/3129

Donnerstag 16:00 – 17:00 Uhr Agnes Knaup 05244/2540

Mittwoch 10:00 – 11:00 Uhr Stephanie Rogers 05244/3129

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp

Herrengymnastik und Ball über die Schnur ab 60 J.

Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr Stephanie Rogers 05244/3129

Ort: Turnhalle Am Diekamp

über **100 Jahre** ... jung geblieben!



2026

Angebote in der Abteilung Breitensport des TuS Westfalia Neuenkirchen

Stand: September 2026

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

Angebote für (Klein-) Kinder und Jugendliche

Purzelturnen (ab 1 Jahr)

Dienstag 15:00 - 16:00 Uhr Nadine Chapman Tel.: 0170/8054651

Ort: Turnhalle Am Diekamp

Eltern Kind Turnen mit Lara (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 Tanja P. tpeitz@gmx.net

Donnerstag 17:00 -18:00 Uhr Jana Gieseke Tel.: 0175/8806886

Freitag 15:00 -16:00 Uhr Sarah Uhrmeister Tel.: 0160/98769089

Ort: Turnhalle Am Diekamp

Mädchensport (6 – 8 Jahre)

Montag 16:00– 17:00 Uhr Cathleen Freseemann Tel.: 0151/40083490
Ort: Turnhalle Am Diekamp

Mädchensport (9 – 11 Jahre) (KV*)

Montag 17:00 – 18:00 Uhr Cathleen Freseemann Tel.: 0151/40083490
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 sgib@web.de
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 Nadine Chapman Tel.: 0170/8054651
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 Diekam

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 Abend

Dienstag 19:00 – 20:30 Uhr Annett Schäfers 0173/2722416 (SMS)

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp a-schaefers-yoga @gmx.de

Pilates mit Monika am Vormittag

Donnerstag 10:00 bis 11:00 Uhr Monika Diaz 0162/9226951

Ort: Gymnastikhalle Am Diekamp monika.diaz@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.: 0170/9932633

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