

# Sportangebote 2023

	Tag	Zeit	Ort
<b>KINDERABTEILUNG</b> Carmen Donath ☎ 0271 81907			
<b>Friesenzwerge, 1 Jahr bis Kita-Alter</b>			
1. Gruppe	Montag	09:30-10:30	Friesenhalle
2. Gruppe	Montag	10:30-11:30	Friesenhalle
<b>Friesenzwerge, Kita-Alter bis 5 Jahre</b>			
1. Gruppe	Dienstag	15:00-16:00	Friesenhalle
2. Gruppe	Dienstag	16:00-17:00	Friesenhalle
<b>5-7 Jahre Mädchen und Jungen</b>			
Kids in action	Montag	15:00-16:30	Friesenhalle
<b>6-9 Jahre Mädchen</b>			
Girls in action	Mittwoch	15:00-16:15	Friesenhalle
<b>FRAUENTURNEN</b> Sabine Kühn ☎ 0271 312532			
■ Frauengymnastik	Montag	20:00-21:00	Friesenhalle
Bodyfit	Donnerstag	09:00-10:00	Friesenhalle
Fitness-Gymnastik	Donnerstag	19:30-21:00	Friesenhalle
<b>MÄNNERTURNEN</b> Mo.: Lothar Benedick ☎ 0160/8282254 Fr.: Jürgen Röth ☎ 0271 85505			
1. Gruppe	Montag	20:00-22:00	Realschule Schießberg
■ 2. Gruppe	Freitag	20:00-22:00	Friesenhalle
<b>DANCE CLUB</b> (Informationen telefonisch erfragen) Jutta Mühlhikel ☎ 0271 85544			
Tanzmäuse, 4 bis ca. 9 Jahre	Freitag	15:00-16:00	Friesenhalle
Dream Dancer	freitag	16:00-17:00	Friesenhalle
<b>FRIESEN-POWER</b> Sabrina Koch ☎ 0177 8763666			
Alle	Montag	18:30-19:30	Friesenhalle
<b>GERÄTETURNEN</b> Maik Ande ☎ 0271 73088			
Männer und männl. Jugend	Dienstag	17:00-19:00	Friesenhalle
	Donnerstag	17:00-20:00	Friesenhalle
Alexandra Schalomon ☎ 02733 8147477			
Mädchen ab 6 Jahre	Donnerstag	16:00-17:30	Friesenhalle
<b>LAUFTREFF/WALKING</b> Berthold Quast ☎ 0271 82241			
Alle	Dienstag	10:00	Hofbachstadion (oberh.)
Alle	Donnerstag	10:00	Hofbachstadion (oberh.)
Alle	Sonntag	10:00	Hofbachstadion (oberh.)
<b>LEICHTATHLETIK</b> Helga Müller ☎ 0271 72383 Jutta Mühlhikel ☎ 0271 85544			
Schüler/-innen, 6-10 Jahre			
Sommer	Montag	16:45-18:15	Hofbachstadion*
Winter	Montag	16:45-18:15	Friesenhalle
* nur bei gutem Wetter, sonst in der Friesenhalle – im Zweifel siehe Telefon			
<b>NIE ZU ALT FÜR BEWEGUNG</b> (auch für Einsteiger) Charlotte Dickfoss ☎ 0271 4991796			
■ „Fit im Alter“	Mittwoch	10:15-11:15	Friesenhalle
■ Tischtennis für Senioren	Donnerstag	11:15-12:30	Friesenhalle
■ „Rostfrei“	Donnerstag	10:15-11:15	Friesenhalle
<b>BOULE</b> Charlotte Dickfoss ☎ 0271 4991796			
Sommer	Samstag	17:30-20:00	Anlage hinter der
Winter	Samstag	14:30-17:30	Friesenhalle
<b>PARCOUR</b> Marvin Krügel ☎ 0176 23253727			
Informationen telefonisch erfragen	Mittwoch	18:00-19:30	

■ auch besonders für Senioren geeignet



TG FRIESEN Klafeld-Geisweid 1889 e.V.  
Schießbergstraße 28  
57078 Siegen-Geisweid  
Telefon: 0271/8902828  
Internet: www.tg-friesen.de

	Tag	Zeit	Ort
<b>RHÖNRAD</b> Fabienne Müller ☎ 0170 1440714 Verena Affholderbach ☎ 0176 22369233			
Anfänger	Mittwoch	16:00-18:00	Geschw.-Scholl-Schule
Fortgeschrittene	Mittwoch	18:00-20:00	Geschw.-Scholl-Schule
Fortgeschrittene	Freitag	18:00-20:00	Geschw.-Scholl-Schule
<b>SPIELETREFF</b> Annemarie Groos ☎ 0271 83441			
■ Informationen telefonisch erfragen	2. Mittwoch im Monat		Friesengaststätte
<b>SPORTKEGELN</b> Ralph Irlé ☎ 0271 3174044			
Jugendliche	Montag	17:00-19:30	Siegerlandhalle
	Samstag	12:30-16:00	Siegerlandhalle
	Mittwoch	17:00-19:30	Siegerlandhalle
Erwachsene	Mittwoch	17:00-20:00	Friesenhalle
	Samstag	14:00-16:00	Siegerlandhalle
* nach Absprache			
<b>SPORTABZEICHEN*</b> Erhard Zissel ☎ 0176 54374425 Klaus-Peter Stein ☎ 0162 4120275			
Alle	Montag	ab 18:30	Hofbachstation
*Übungs- und Abnahmetermine nach Absprache			
<b>TISCHTENNIS</b> Falko Pittke ☎ 0271 2403239			
<b>Schüler und Jugendliche</b>			
Anfänger	Dienstag	17:00-18:00	Realschule Schießberg
M-Spieler	Dienstag	17:30-20:00	Realschule Schießberg
Alle	Donnerstag	18:00-20:00	Realschule Schießberg
<b>Erwachsene</b>			
Alle	Dienstag	19:30-22:00	Realschule Schießberg
Alle	Donnerstag	19:30-22:00	Realschule Schießberg
<b>VOLLEYBALL</b> Uli Benfer ☎ 0271 8706413			
Mixed	Freitag	18:30-21:00	Turnhalle Rüterweg
<b>WALKING</b> Charlotte Feldmann ☎ 0271 800513			
1. Gruppe	Montag	08:15	Langenbachtal
2. Gruppe	Mittwoch	08:15	Langenbachtal
<b>REHA-SPORT ORTHOPÄDIE</b> Simone Nitschke ☎ 0176 63154727			
Nur mit ärztlicher Verordnung!	Freitag	10:45 – 11:30	Friesenhalle
Nur mit ärztlicher Verordnung!	Freitag	17:45 – 18:30	Friesenhalle
<b>Kurse</b> (auch für Nicht-Mitglieder)			
<b>INDOOR CYCLING</b> Stephan Streit ☎ 0151 40382709			
Alle, Kurssystem, Beginn tel. erfragen	Mittwoch	19:00-20:00	Friesenhalle
	Mittwoch	20:00-21:00	Friesenhalle
<b>KLETTERN/BOULDERN</b> Karin Herbig ☎ 0271/3179279 Susanne Mockenhaupt-Leimbach ☎ 0271 87455			
Kurssystem, Beginn telefonisch erfragen	Montag	17:00-18:00 18:00-19:00	Friesenhalle
<b>PILATES</b> Tanja Köhler ☎ 0271 49915224			
Kurssystem, Beginn telefonisch erfragen	Mittwoch	17:45 – 18:45	Friesenhalle
<b>RÜCKENGYMNASTIK</b> Susanne Kern-Terheyden ☎ 0271 800743			
Kurssystem, Beginn telefonisch erfragen	Freitag	17:30-18:30	Friesenhalle
<b>TAIJI</b> Christian Müller ✉ taiji@tg-friesen.de			
Kurssystem	Dienstag	19:15 – 20:15	Friesenhalle
<b>TANGO</b> Ute und Dieter Müller ☎ 0271 84077			
Kurssystem, Beginn telefonisch erfragen	Mittwoch	18:00-19:00	Friesenhalle
<b>YOGA</b> Reinhilde Hoffmann ☎ 0151 44243401			
Beginn telefonisch erfragen	Dienstag	09:30-10:45	Friesenhalle
<b>ZUMBA</b> Anne Lohrum ☎ 0271 8909356			
Beginn telefonisch erfragen	Freitag	18:45-19:45	Friesenhalle