



**TSV Westerhausen-Föckinghausen e.V.**



# Sport im Freien



unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln dürfen wir wieder zusammen mit Euch im Freien Sport treiben!

**Nur wer sich vorher anmeldet, kann teilnehmen!**

**ab 11.05.2020**

## Tabata

mit Micha Nesemeyer

**montags - 18.30 Uhr**

Sportpark Ebbergeweg

Anmeldung über  
die WhatsApp - Gruppe  
oder über: 0176 / 81146027

**Bitte eigene Sportmatte/ Isomatte/  
Unterlage mitbringen!**

**ab 13.05.2020**

## Zumba

mit Conny Grüneberg

**mittwochs - 18.00 Uhr**

Parplatz Sportzentrum  
am Ochsenweg

Anmeldung über  
die WhatsApp - Gruppe  
oder über: 01523 / 4192838

bei allen Angeboten:

begrenzte Teilnehmerzahl entsprechend der amtlichen Vorgaben

**ab 13.05.2020**

## Fit im Freien

mit Melissa Rodriguez- Sas

**mittwochs  
18.00 Uhr**



Sportpark Ebbergeweg

Anmeldung über  
[melissa.rodriguez.sas@tsv-westerhausen.de](mailto:melissa.rodriguez.sas@tsv-westerhausen.de)

**Bitte eigene Sportmatte/ Isomatte/  
Unterlage mitbringen!**

**ab 06.05.2020**

## Manpower

mit Melissa Rodriguez- Sas

**mittwochs - 19.00 Uhr**

Sportpark Ebbergeweg

Anmeldung über die WhatsApp - Gruppe  
oder über:  
[melissa.rodriguez.sas@tsv-westerhausen.de](mailto:melissa.rodriguez.sas@tsv-westerhausen.de)

**Bitte eigene Sportmatte/ Isomatte/  
Unterlage mitbringen!**

Aufgrund der Hygienevorschriften sind keine Umkleiden geöffnet  
und daher ist auch kein Duschen vor Ort möglich!

Auf Geselligkeit nach dem Sport muss leider auch verzichtet werden!





**TSV Westerhausen-Föckinghausen e.V.**



# Sport im Freien

unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsregeln dürfen wir wieder zusammen mit Euch im Freien Sport treiben!



**ab 12.05.2020**

## Nordic Walking

mit Monika Wienecke

**dienstags - 15.30 Uhr**

Westerhausener Berg

Anmeldung über: 01517 / 0519899

**Nur wer sich vorher anmeldet,  
kann teilnehmen!**

**ab 12.05.2020**

## Laufen

mit Stefan Schimmel

**dienstags - 18.30 Uhr**

Sportzentrum am Ochsenweg

Anmeldung über: 0173 / 8772964

**Nur wer sich vorher anmeldet,  
kann teilnehmen!**

bei allen Angeboten:  
begrenzte Teilnehmerzahl entsprechend der amtlichen Vorgaben

**ab 06.05.2020**

## Tennis

unter Einhaltung der Sicherheitsauflagen ist ein Einzeltraining / Spiel sowie teilweise Training in bestehenden Kleinstgruppen möglich.



Kontaktaufnahme über  
die jeweiligen Übungsleiter oder über  
[tennis@tsv-westerhausen.de](mailto:tennis@tsv-westerhausen.de)

**ab 06.05.2020**

## Bogensport

mittwochs 18.00 - 20.00 Uhr

freitags 18.00 - 20.00 Uhr

samstags 10.00 - 13.00 Uhr

Leider ist aufgrund der Hygiene + Sicherheitsvorschriften ( Corona ) ein Training für Anfänger sowie Schnuppertraining nicht möglich, da auch die Trainer die Sicherheitsabstände einhalten müssen.

Bei Unsicherheiten oder Rückfragen bitte eine Nachricht an die interne Bogensport Whats-App Gruppe oder an [bogensport@tsv-westerhausen.de](mailto:bogensport@tsv-westerhausen.de)

Aufgrund der Hygienevorschriften sind keine Umkleiden geöffnet und daher ist auch kein Duschen vor Ort möglich!

Auf Geselligkeit nach dem Sport muss leider auch verzichtet werden!

