



# Unser aktuelles Angebot

## VfL Pottenhausen



Dezember 2025

Montag	Dienstag		Mittwoch	Donnerstag		Freitag	
16:00 – 17:00 <b>Frauenturnen</b> Susanne Tölke	<b>Kurs</b>	17:00 - 18:00 <b>Pilates</b> Kirstin Friedrichs	15:30 - 16:30 <b>Bewegungsspaß</b> für Senioren im Stuhlkreis Vereinstreff/ Sportplatz Susanne Tölke	<b>Kurs</b>	16:15 - 17:45 <b>Yoga</b> Ursula Rusch	15:00 - 16:00 <b>Body Shaping</b> Susanne Tölke	
17:00 - 18:00 <b>Eltern &amp; Kind-Turnen</b> (ab 12 Monaten) Tina Schwindt	17:00 - 18:30 <b>Basketball</b> (ab 16 Jahren) Waddenhausen Marcel Wandelt		17:00 - 18:00 <b>Gesund ÄLTER werden</b> Heike Walkenhorst	18:00 – 20:00 <b>Fußball</b> Sportplatz/Sporthalle Kai Kronig		16:00 - 17:00 <b>Kinderturnen</b> (4-7 Jahre) Kira Eickerling	
17:00 - 18:00 <b>Taiji – Qigong</b> Vereinstreff Ursula Rusch	18:00 - 19:00 <b>Fitness Drums</b> Annika Milde		18:00 - 19:00 <b>Fitnessworkout Spezial</b> Heike Walkenhorst	18:30 - 20:00 <b>Shaolin-Kempo</b> Waddenhausen Wolfgang Altekruiger Marisa Freitag		17:00- 18:00 <b>Kinderturnen</b> (7-10 Jahre) Kira Eickerling	
18:00 - 19:00 <b>Rückenschule</b> Richard Kosleck	18:30 - 20:00 <b>Walking</b> Christel Witte (März -Oktober) Treffpunkt Sporthalle		19:00 - 20:30 <b>Full Body Workout</b> (für Männer) Mathis Bröckling René Volke	19:30 -22:00 <b>Beachvolleyball</b> Beachvolleyballplatz Pottenhausen Richard Kosleck		18:00 - 19:00 <b>Turnen</b> (ab 10 Jahren) Kira Eickerling	18:30 - 20:00 <b>Line Dance</b> Vereinstreff Mareike Kisker
19:00 - 20:00 <b>Body Shaping</b> Annika Milde Andrea Spilling Susanne Tölke	19:00 - 21:00 <b>Volleyball</b> Richard Kosleck		20:30 - 22:00 <b>Volleyball</b> Richard Kosleck			17:30 – 21:30 <b>Basketball</b> (ab 16 Jahren) Waddenhausen Robert Kosleck	

**Kurs: Anmeldung erforderlich (Kursgebühr)**

Verein für Leibesübungen von 1928 e.V.

Sylbacher Str. 81 32791 Lage

Telefon: 05232 64528

WhatsApp: 0 178 764 2384

E-Mail: [info@vflpottenhausen.de](mailto:info@vflpottenhausen.de)

Internet: [www.vflpottenhausen.de](http://www.vflpottenhausen.de)

Alle Angebote können nach Absprache auch auf dem Sportplatz stattfinden!