

Ihr Verein mit Profil in Bünde

HSG Spradow, Vereinsheim : Herzogweg 21-27 , 32257 Bünde



HSG TuSEK Spradow e.V.
von 1900 e.V.

Infoblatt 2-2007

Hallo Vereinsmitglieder!

Die HSG Spradow gratuliert ihrer E-Jugend zur gewonnenen Kreismeisterschaft!!!!

In der letzten Zeit hat sich in der HSG Spradow so einiges getan. Infos zur Jahreshauptversammlung, zum HSG Treff und aktuelle Termine findet ihr auf der Homepage der HSG – www.hsg-spradow.de .

Am Sonntag den 10. Juni 2007 findet der Dämmerrun 2007 statt, geplant vom Fitness Team der HSG Spradow. Es sind alle interessierten Läufer und Nordic Walker herzlich eingeladen. Anmeldung und Info bei:

Stefan Homburg 05223 522119 E-Mail: KS.homburg@t-online.de

Lars Schläger 05223/ 72285 E-Mail: hansi1904@gmx.de

Seit Januar trainieren wieder die Handballminis. Das Training findet Mittwochs von 16:00-17:00 in der Sporthalle Spradow statt. Markus Hommers freut sich, weitere Kinder im Alter von im Alter von 5-7 Jahren in der Halle begrüßen zu dürfen.

Anmeldung bei Markus Hommers Tel.: 05223/9941991

Auch die Top-Fit Gruppe am Freitag konnte „wiederbelebt“ werden. In 14-tägigem Zyklus können sich Ballsportbegeisterte in der Sporthalle Spradow von 20:30 bis 22:00 Uhr zum Fussballspielen treffen.

Auskünfte erteilt Übungsleiter Michael Holverscheid 05223/78347

Das Fitnessteam möchte in diesem Jahr den HSG Mitgliedern die Teilnahme an einer Sportabzeichen Aktion an bieten, dazu sind Jung und Alt herzliche eingeladen. Infos zu den Übungen gibt es unter www.richtigfit.de, die Trainings Termine finden am Dienstag und Freitag auf Bänder Sportplätzen statt.

Interessenten können sich bei Michael Holverscheid 05223/78347 melden

Ab dem 21. März startet wieder Mittwochs der Lauftreff an der Sporthalle in Spradow. Start ist um 18:30, die Strecke führt ca. 12 km durch die spradower Schweiz und Randringhausen. Alle interessierten Läuferinnen und Läufer sind dazu herzlich eingeladen.

Um in Zukunft alle am Infoblatt interessierten Mitglieder schneller, und aber vor allem kostengünstiger informieren zu können, möchten wir darum bitten, ihre E-Mail Adresse an Stefan.Homburg@hsg-spradow.de weiterzuleiten.

Der HSG Treff steht allen Vereinsmitgliedern aber auch Nichtmitgliedern für Veranstaltungen offen. Auskünfte zur Vermietung geben:

Günter Kroos
Tel. 05223 / 43 704
[Email: guenter.kroos@t-online.de](mailto:guenter.kroos@t-online.de)

Malte Mischok
Tel. 05223 / 4 37 16
[Email: Malte.Mischok@hsg-spradow.de](mailto:Malte.Mischok@hsg-spradow.de)

Unsere Allgemein-Sportgruppen

- Montag:**
- 16:00-17:00** Kinderturnen Sporthalle Spradow
Übungsleiter: Anna Trampe Tel.:05223/41147
 - 17:00-19:00** Fitnessteam Sporthalle Spradow
Übungsleiter: Stefan Homburg Tel.: 05223/522119
E-Mail: Stefan.Homburg@HSG-Spradow.de
 - 19:00-20:30** Damengymnastik Sporthalle Spradow
Übungsleiterin: Cornelia Kummer Tel.: 05223/42571
 - 19:00-20:00** Rückenschule Sporthalle Spradow
Übungsleiter: Zygfryd Jedrzej Tel.: 05222/600286
 - 19:30-21:00** Krafraum Moning Sporthalle nach Absprache
Übungsleiter: Lars Schläger 0174/5734633
E-Mail: Hansi1904@gmx.de
- Dienstag:**
- 18:00-19:30** Nordic-Walkinggruppe Treffpunkt „HSG-Treff“
Übungsleiter: Undine Berensmeier Tel.: 05223/74076
 - 19:00-20:30** Damenturnen Sporthalle Spradow
Übungsleiterin: Anna Trampe 05223/41147 &
Marlies Ransiek Tel.: 05223/42681
 - 20:30-21:30** Aerobic Sporthalle Spradow
Übungsleiterin: Marlene Schubert Tel.: 05223/63953
- Mittwoch:**
- 16:00-17:00** Ballspiele-Minihandball Sporthalle Spradow
Übungsleiter: Markus Hommers Tel.: 05223/9941991
 - 20:00-21:30** Krafraum Moning Sporthalle
Übungsleiter: Lars Schläger
 - 18:30-20:00** Offener Lauftreff vom Fitnessteam März-Oktober
- Donnerstag:**
- 19:00-20:00** B.O.P – Bauch-Oberschenkel-Po
Problemzonengymnastik anschließend
 - 20:00-21:00** Step-Aerobic
Realschulhalle Schulzentrum Bünde-Ennigloh
Übungsleiterin: Marlene Schubert Tel.: 05223/63953
 - 18:00-19:30** Nordic-Walkinggruppe Treffpunkt Kurhaus Wilmsmeier
Übungsleiter: Undine Berensmeier Tel.: 05223/74076
- Freitag:**
- 20:15-22:00** „Top Fit Ballsport“ Sporthalle Spradow 14. tägig
Übungsleiter: Michael Holverscheid Tel.: 05223/78347
 - 19:30-21:00** Krafraum Moning Sporthalle nach Absprache
Übungsleiter: Lars Schläger

**Haben Sie Fragen, dann wenden Sie sich bitte an den Leiter für Allgemeinsport,
Herrn Stefan Homburg Tel.: 05223/522119**

Euere HSG TuS EK Spradow

