

Sport vor Ort in der Turnhalle Münster



Herbst 2026

:

Spartenversammlung

am Donnerstag, 15.10.2026 um 19:30 Uhr im Schützenheim

Alle aktiven und passiven Mitglieder sind herzlich eingeladen!

Berichte Spartenleitung, Kasse und Rückblick GruppenleiterInnen; Entlastung der Spartenleitung

Gemeinsam macht Sporteln Spaß!

Wir laden euch zu unserem Herbstprogramm ein! Herzlichen Dank allen Übungs- und GruppenleiterInnen, die uns dieses tolle Angebot ermöglichen!

Achtung! Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung!

Krabbelgruppe

ab Donnerstag, 17. September von 9:30 bis 10:30 Uhr

mit Svenja Hackl und Luisa Liebsch

UND ab Dienstag, 15. September von 15:30 bis 16:30 Uhr mit Sarah Noss-Taschner

Jedes Kind hat sein eigenes Tempo. Hier können Kleinkinder im freien Spiel neue Bewegungserfahrungen sammeln und erste soziale Kontakte knüpfen – und die Mütter haben Gelegenheit zum Austausch. Bitte denkt an bequeme Sportkleidung für Mutti und Kind!

Infos und Anmeldung

für Donnerstag bei Svenja Hackl (01577 5194020) und Luisa Liebsch (01512 1577570)

für Dienstag bei Sarah Noss-Taschner (01520 7108332)

Eltern/Großeltern-Kind-Fit – Sport von klein auf

ab Mittwoch, 16. September von 15:45 bis 16:45 Uhr

Hallo Kleinkinder! Ihr könnt sicher laufen und habt Lust auf Turnen, Klettern, Springen und Toben?

Na dann, schnappt euch eure Mama/Oma oder euren Papa/Opa und schaut bei uns vorbei.

Bitte in Sportkleidung und ohne Schmuck! Anmeldung

bei Karin Rapo (Tel. 0176 2163 5166) und Sarah Noss-Taschner (01520 7108332)

Spiel, Spaß und Sport für unsere Turnmäuse

im ersten und zweiten Kindergartenjahr (3-5 Jahre)

ab Mittwoch, 16. September von 14:30 bis 15:30 Uhr

mit Carola Behr (0176 81386578) und Armin Drexler (0160 7739226)

Abenteuerturnen I

Spiel, Sport und Spaß für Vorschulkinder und Kinder bis zur 1. Klasse

Hier suchen wir noch DICH/EUCH als Gruppenleitung!

Abenteuerturnen II – Spiel, Sport und Spaß für die 2. bis 3. Klasse

ab Donnerstag, 24. September von 15:30 bis 16:30 Uhr

mit Bettina Braun (0160 9934 2884)

Montags-Fitness

ab Montag, 7. September von 18:30 bis 19:30 Uhr

Wir wissen, dass wir gezielt etwas für unseren Körper tun müssen, um fit zu bleiben!

Ich lade euch zu einem Training für Koordination, Kondition und Muskelkraft ein

– nicht voll Power, aber gezielt und anspruchsvoll!

Nähere Infos bei Brigitte Lehenberger (Tel. 0157 8928 3533)

Teilnehmergebühr: 10 x Nichtmitglieder 40 Euro, Mitglieder kostenfrei, bitte Handtuch mitbringen

Functional Training

8 x ab Montag, 21. September von 19:45 bis 20:45 Uhr

Beim Functional Training geht es darum, eine Alltagsfitness herzustellen oder Grundlagen für andere Sportarten zu setzen. Neben Mobilitätsübungen werden Kraftübungen durchgeführt,

die an natürlichen Bewegungsmustern angelehnt sind. Hauptsächlich wird hier das eigene Körpergewicht als Widerstand genutzt, jedoch werden auch Hilfsmittel verwendet.

Nähere Infos bei Nicole Heider: (0177 8344 119)

Ganzkörper-Workout:

Kräftigung Bauch, Beine, Rücken, Beckenboden & Co.

ab Mittwoch, 2. September von 18:30 bis 19:30 Uhr

Bringt mit gezielter Ausführung der Übungen eure Muskeln in Schwung!

Teilnehmergebühr: 10 x Nichtmitglieder 40 Euro, Mitglieder kostenfrei, bitte Handtuch mitbringen

Nähere Infos bei Brigitte Lehenberger (Tel. 0157 8928 3533)

Zumba

10 x ab Dienstag, 15. September von 18:30 bis 19:30 Uhr

mit Erika Röhl (Tel. 08276 519856) und Nadine Reisner

Lasst euch von den Zumba-Rhythmen mitreißen! Jede Stunde ist eine Party!

Damit alle Interessierten die gleiche Chance haben, sich anzumelden,

ist die Anmeldung möglich ab 01.09.26, 12:00 Uhr bei Erika.

Damen-Fitness

ab Donnerstag, 24. September von 19:00 bis 20:00 Uhr

mit Marianne Wenzel (Tel. 08276 519827) und Wally Lichtenstern (Tel. 08276 656)

Ein sportlicher Mix aus Übungen zu Musik - mit und ohne Handgeräte

Bewegung an der frischen Luft – Nordic Walking

Montag um 18:30 Uhr und Mittwoch um 9:00 Uhr

Treffpunkt am Tennisplatz

Bei Fragen könnt ihr gerne Marianne Wenzel kontaktieren (Tel. 08276 519 827)

SV Münster 1948 e. V.

für die Sparte Fitness

Brigitte Lehenberger, Nadine Reisner, Judith Lichtenstern - Spartenleitung