

| Wochentag | Zeitraum | Uhrzeit | Übungsangebot | Übungsleiter | Sportstätte |
|-------------------|---------------|-----------------------------|---|--------------------------|--------------|
| Montag | G | 09.15 – 10.15 | Walking | J. Winkelmann | 4 |
| | G | 15.30 – 17.00 | Turnen Seniorinnen 50 plus | A. Wesselmann | 1 |
| | G | 16.00 – 17.30 | Badminton | M.Förster | 3 |
| | G | 17.00 – 18.30 | Schülerinnen bis 10 J. | M. Kauder | 1 |
| | S | 17.15 – 18.45 | Leichtathletik m/w bis 13 J. | S. Skirde | 7 |
| | S | 17.15 – 19.15 | Leichtathletik m/w ab 14 J. | H. Schubert | 7 |
| | G | 18.30 – 20.00 | Schülerinnen 11 – 14 J. | A. Kakowski | 1 |
| | G | 19.00 – 20.30 | Turn- u. Hallenspiele f. Erw. | M. Landgrebe | 3 |
| | G | 20.00 – 21.30 | Aerobic Frauen | M. Omet | 1 |
| W | 20.30 – 21.30 | Leichtathletik m/w ab 16 J. | H.Schubert | 3 | |
| Dienstag | G | 09.30 – 10.30 | Walking für Senioren | A. Wesselmann | 5 |
| | S | 16.30 – 17.30 | Boule | W. Frese / J. Winkelmann | 1 (Schulhof) |
| | G | 18.30 – 20.00 | Step-Aerobic, Frauen (Einsteiger) | J. Kosbab | 2 |
| Mittwoch | G | 09.15 – 10.15 | Walking | J. Winkelmann | 4 |
| | G | 17.15 – 18.15 | Eltern + Kind, 3+4 J. | H. Selcuk | 1 |
| | G | 18.15 – 19.15 | Step-Aerobic, Frauen (Fortgeschrittene) | M. Omet | 1 |
| | G | 19.45 – 21.30 | Er + Sie – Turnen | J. Olmer | 1 |
| | G | 19.00 – 20.30 | Ballspiele Männer 50 plus | W. Frese | 3 |
| Donnerstag | G | 14.00 – 15.30 | Sitzgymnastik | A. Wesselmann | 8 |
| | G | 16.30 – 17.45 | Bewegung, Spiel u. Tanz, 3-6 J. | I. Heyn | 2 |
| | G | 16.30 – 18.00 | Trampolin (ab 10 Jahre) | H. Selcuk | 1 |
| | G | 17.45 – 18.45 | Tanzen, Mädchen. 1.Schuljahr bis 9 J. | J. Heyn | 2 |
| | G | 18.45 – 19.45 | Tanzen, Mädchen. 10 – 14 J. | J. Heyn | 2 |
| | G | 18.30 – 19.30 | Walking | J. Winkelmann | 4 |
| | G | 20.00 – 21.30 | Gymnastik Frauen | G. Winkelmann | 3 |
| Freitag | G | 16.00 – 17.30 | Schüler, männlich 6 – 10 J. | F. Kauder | 1 |
| | G | 17.30 – 18.45 | Schüler, männlich 11 – 14 J. | F. Kauder | 1 |
| | G | 18.45 – 20.00 | Sport Männer 50 plus | J. Olmer | 1 |
| | G | 20.00 – 21.30 | Sport Männer <50, Hallenfußball | R. Teichmann | 1 |
| Samstag | G | 14.00 – 16.00 | Leichtathletik, m/w bis 10 J. | S. Skirde | 1 |
| | G | 16.00 – 17.00 | Leichtathletik m/w ab 11. J. | S. Skirde | 1 |
| 2. So. i.M. | G | ca. 9.00 * | Seniorenwanderung | U. Wesselmann | 5 |
| letzter So. i. M. | G | ca. 9.00 * | Monatswanderung | U. Wesselmann | 5 o. 6 * |

- Sportstätten:
- 1) Turnhalle Grundschule „Auf dem Kellerkamp“
 - 2) Turnhalle 1, Städt. Gemeinschaftsschule Westerfilde, Im Odemsloh
 - 3) Turnhalle 2, Städt. Gemeinschaftsschule Westerfilde, Im Odemsloh
 - 4) Treffpunkt Gemeindehaus der ev. Kirchengemeinde Bodelschwingh, Parkstraße 10
 - 5) U- oder S-Bahnhaltestelle Westerfilde (sh. Wanderplan*)
 - 6) Parkstreifen Deininghauser Str. / Ecke Schloßstr. (sh. Wanderplan*)
 - 7) Sportplatz der Städt. Gemeinschaftsschule „Im Odemsloh“
 - 8) Räume der AWO, Westerfilde Speckestraße

*) siehe auch hier auf der Webseite unter Menüpunkt „Wandern“

Weitere Infos unter Tel. 0231-37 55 22 (Wanderwart),

Oder 0231-37 27 42 (Schriftführer) oder 0231-37 19 60 (Kassenwart)

G = Ganzjährig / S = nur Sommerhalbjahr / W = nur Winterhalbjahr
(April – September) (Oktober - März)