

Das aktuelle Vereinsangebot des SV Orsoy von 1919 e.V.

in der Sportanlage „Am Gildenkamp“, SV Orsoy, 47495 Rheinberg-Orsoy



Breitensport

Montag	17.30 – 18.30 Uhr	Kurs Rückengymnastik
	18.30 – 19.30 Uhr	Fitness Querbeet <i>Susanne Bach, Tel.: (0 28 41) 3682982</i>
	19.45 – 20.45 Uhr	Cardio-Mix-Training
	20.45 – 21.45 Uhr	Multifunktionstraining <i>Muskelaufbau mit Stretching</i> <i>Birgit Hüsch-Oswald, Tel.: (0178) 6 55 20 34, Nürnberg</i>

Dienstag	15.30 – 16.30 Uhr	Turnen Mutter u. Kinder (1 – 3 Jahre) <i>Tanja Mark, Tel.: (0157) 73 19 84 84</i>
-----------------	-------------------	---

Mittwoch	15.30 – 16.30 Uhr	Turnen Mutter u. Kinder (3 – 6 Jahre)
	16.45 – 18.00 Uhr	Turnen für Kinder ab 6 Jahre <i>Tel.: (0178) 6 55 20 34, Nürnberg</i>
	18:15 – 19:30 Uhr	SunnyMindsYoga
	19.30 – 20.30 Uhr	Bodyworkout mit anschließendem Stretching
	20.30 – 21.30 Uhr	Bodyworkout mit anschließendem Stretching

Donnerstag	18:00 – 19:15 Uhr	SunnyMindsYoga
	18.30 – 20.00 Uhr	Entspannungskurs PMR, autogenes Training, Fantasiereisen, Meditation <i>Martina Nürnberg, Tel.-Ausk. (0178) 6 55 2034</i>

Freitag	18.00 – 19.00 Uhr	Smovey-Training <i>Martina Nürnberg, Tel.-Ausk. (0178) 6 55 2034</i>
	19.30 – 22.00 Uhr	Hallenhockey – Herren

Fußball

Dienstag	17.30 – 18.30 Uhr	Bambinis (Jahrg. 2010 u. jünger)
	17.15 – 18.45 Uhr	F-Junioren (Jahrg. 2008 u. 2009)
	17.30 – 19.00 Uhr	E-Junioren (Jahrg. 2006 u. 2007)
	19.00 – 21.00 Uhr	1. Mannschaft

Mittwoch	17.30 – 19.00 Uhr	D-Junioren (Jahrg. 2004 u. 2005)
	18.00 – 19.30 Uhr	B-Junioren (Jahrg. 2000 u. 2001)
	17.30 – 19.00 Uhr	Mädchen (Jahrg. 2000 u. jünger)
	19.00 – 21.00 Uhr	2. Mannschaft
	19.00 – 21.00 Uhr	Alte Herren

Donnerstag	17.15 – 18.45 Uhr	F-Junioren (Jahrg. 2008 u. 2009)
	17.30 – 19.00 Uhr	E-Junioren (Jahrg. 2006 u. 2007)

Freitag	17.30 – 18.30 Uhr	Bambinis (Jahrg. 2010 u. jünger)
	17.30 – 19.00 Uhr	D-Junioren (Jahrg. 2004 u. 2005)
	18.00 – 19.30 Uhr	Mädchen (Jahrg. 2000 u. jünger)
	18.00 – 19.30 Uhr	B-Junioren (Jahrg. 2000 u. 2001)
	19.00 – 21.00 Uhr	1. Mannschaft
	19.00 – 21.00 Uhr	2. Mannschaft

Das aktuelle Vereinsangebot des SV Orsoy von 1919 e.V.

in der Sportanlage „Am Gildenkamp“, SV Orsoy, 47495 Rheinberg-Orsoy



Tischtennis

Dienstag	19.00 – 22.00 Uhr	Tischtennis-Training
Donnerstag	19.00 – 22.00 Uhr	Tischtennis-Training
Samstag	17.30 – 20.00 Uhr	Tischtennis Meisterschaftsspiele

Tennis

Ansprechpartner der Tennisabteilung:

Stephan Karl

Tel.: (0176) 32 54 57 59

Abteilungen im SV Orsoy

Vorstand:	1. Vorsitzender <i>Philipp Berndtsen</i>	(0152) 33 63 59 59
Fußball:	komm. Vorsitzender <i>Marcello Vergaro</i>	(0151) 24 18 74 54
Tennis:	1. Vorsitzender <i>Stephan Karl</i>	(0176) 32 54 57 59
Breitensport:	Vorsitzende <i>Martina Nürnberg</i>	(0 28 43) 9 59 89 09
Tischtennis:	1. Vorsitzender <i>Rainer Richter</i>	(0 28 43) 95 98 50

An gesetzlichen Feiertagen sowie während der Ferienzeiten in NRW finden keine Trainingseinheiten statt.

Das Kursangebot steht sowohl den Vereinsmitgliedern sowie auch allen Interessierten offen.

Hinweis:

Es werden Kursgebühren erhoben, für Vereinsmitglieder ist eine Zuzahlung erforderlich.

Ausnahme:

Entspannungskurs – Hier werden Zehnerkarten zum Preis von 60 € angeboten, für **alle anderen Kurse** werden ebenfalls Zehnerkarten zum Preis von 40 € angeboten, für den **Smovey Kurs** mit eigenen Smoveys

- Zehnerkarte 40 €
- ohne Smoveys 60 € (werden vom Verein zur Verfügung gestellt)

die von Nicht-Vereinsmitgliedern erworben werden können.

Bei Fragen, wenden Sie sich bitte an die angegebenen Telefonnummern oder an Martina Nürnberg: (0 28 43) 9 59 89 09

Unsere Vereinssatzung, einschließlich der aktuellen Beitragsordnung, stellen wir Ihnen auf Anfrage gerne zur Verfügung.