

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

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



### Breitensport

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

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

|                 |                   |                                                                             |
|-----------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Mittwoch</b> | 15.30 – 16.30 Uhr | Turnen<br>Mutter u. Kinder (3 – 6 Jahre)                                    |
|                 | 16.45 – 18.00 Uhr | Turnen<br>für Kinder ab 6 Jahre<br><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                                   |

|                   |   |   |
|-------------------|---|---|
| <b>Donnerstag</b> | - | - |
|-------------------|---|---|

|                |                   |                                                                                                |
|----------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Freitag</b> | 18.00 – 19.00 Uhr | Smovey-Training<br><i>Martina Nürnberg, Tel.-Ausk. (0178) 6 55 2034</i>                        |
|                | 19.00 – 20.30 Uhr | Hapkido<br>Selbstverteidigung für Groß und Klein (ab 8 Jahre)<br><i>WhatsApp: 0172-6736776</i> |
|                | 19.30 – 22.00 Uhr | Hallenhockey – Herren                                                                          |

### Fußball

|                 |                   |                                  |
|-----------------|-------------------|----------------------------------|
| <b>Dienstag</b> | 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                    |

|                 |                   |                                  |
|-----------------|-------------------|----------------------------------|
| <b>Mittwoch</b> | 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                      |

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

|                |                   |                                  |
|----------------|-------------------|----------------------------------|
| <b>Freitag</b> | 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

|                   |                   |                                  |
|-------------------|-------------------|----------------------------------|
| <b>Dienstag</b>   | 19.00 – 22.00 Uhr | Tischtennis-Training             |
| <b>Donnerstag</b> | 19.00 – 22.00 Uhr | Tischtennis-Training             |
| <b>Samstag</b>    | 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 *Philipp Berndtsen* (0152) 33 63 59 59

**Fußball:** 1. Vorsitzender *Marcel Kühne* (0152) 24 83 94 16

**Tennis:** 1. Vorsitzender *Stephan Karl* (0176) 32 54 57 59

**Breitensport:** 1. Vorsitzende *Martina Nürnberg* (0 28 43) 9 59 89 09

**Tischtennis:** 1. Vorsitzender *Rainer Richter* (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.

#### Kursgebühren für Nicht-Vereinsmitglieder:

Es werden 10er-Karten zum Preis von 75 € angeboten, die jeweils eine Gültigkeit von 6 Monaten haben.

#### Kursgebühren für Vereinsmitglieder:

Zusatzbeitrag: 25 € bei Belegung eines zweiten oder mehrerer Kurse. Dieser Betrag wird ebenfalls halbjährlich in Rechnung gestellt.

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.