



Trainings- und Übungszeiten der SGP Oberlohberg e.V.

Vereinsanschrift: Gärtnerstr. 115, 46539 Dinslaken ☎ 0179 3281868 Fax 473186
Homepage: sgpo.de e-mail: kontakt@sgpo.de

Fußball: -Senioren: Kontakt: Abteilungsleiter Ali Kaya ☎ 0176 24995718
1. Mannschaft: Dienstag, Donnerstag 19.00 – 20.30 Trainer Jens Szopinski ☎ 0170 7866136
Co-Trainer: Thorsten Neuhaus
2. Mannschaft: Mittwoch und Freitag 19.30 – 21.00 Trainer: Christian Pumpat ☎ 0176 61464929
3. Mannschaft: Mittwoch und Freitag 19.30 – 21.00 Trainer: Michael Mailänder ☎ 0163 2517256
Hobby/Alte Herren: Mo. und Donner. 19.00 – 20.30
Walking-Football: Sonntag 11.00 – 12.30 Trainer: Jens Friebe ☎ 0179 3281 868

-Jugend:

E-Junioren: 8 – 10 Jahre: Montag und Donnerstag 17.30 – 19.00
Trainer E1 Justin Banecki ☎ 015730658276 Alex Bogdan Pawelczyk Peter Brockmann ☎ 0157 85831369
F-Junioren: 6 – 8 Jahre: Montag und Donnerstag 17.30 – 19.00
Trainer: Thure Bachhofen ☎ 0157 30129760

Tennis: Auskunft: Abteilungsleiter: Heinz Piechula ☎ 02064 93000
Sportwart: Rolf Feldkamp, Dirk Szynalski

Tischtennis: Übungs- und Spielorte: Trainingsort 1: Turnhalle an der Dorfschule Hiesfeld, Auf dem Loh
Trainingsort 2: Turnhalle der Grundschule „Am Weyer“, Hügelstr. 19
Auskunft: Abteilungsleiter Lukas Stolbrink ☎ 0151 26884960 Jugendwart: Andreas Bassier ☎ 776240
Training:
Schüler/Jugend Mittwoch und Freitag Halle 1 17.00 - 19.00
Senioren: Halle 1, Montag 20- 22 Uhr, Mittwoch u. Freitag 19 – 22 Uhr; - Halle 2 Donnerstag 18.30 – 22.00

Breitensport: Auskunft Abteilungsleiterin Manuela Krumpl ☎ 02064 97103

Übungsort 1: Turnhalle an der Dorfschule Hiesfeld, Auf dem Loh
Übungsort 2: Neue Turnhalle am GHZ, Schulzentrum Kirchstraße

Kinder- und Schülergruppen: Übungsort 1

Eltern- und Kind-Turnen	Dienstag	16.00 – 17.00	Iris Staudt	☎ 02064 97967
Kinderturnen 4 – 7 Jahre:	Dienstag	17.00 – 18.00	Iris Staudt	☎ 02064 97967
Kinderturnen 7 – 10 Jahre:	Donnerstag	16.00 – 17.30	Ulrike Koch	☎ 0157 50306434

Turngruppen: Übungsort 1

Frauen:

Senioren-Gymnastik	Montag	19.00 – 20.00	Christel Dickmann	☎ 02064 90214
VITASA	Dienstag	20.00 – 21.30	Gudrun Schürken	☎ 0171 3834579
Fit und aktiv	Donnerstag	20.00 – 21.30	Annie Richter	☎ 02064 32067

Gemischt:

POWERworkout	Montag	17.30 – 19.00	Manuela Krumpl	☎ 02064 97103
**AROHA™ Kurs	Donnerstag	18.00 – 19.00	N. Krumpl	☎ 02064 97103
**KAHA Kurs	Donnerstag	19.00 - 20.00		

****Kursgebühr für 10 Übungsabende: Nichtmitglieder 30,- € (AROHA, Step-Aerobic)**

Übungsort 2:

***Gymnastik 50 + Männer u. Frauen Kurs Donnerstag 19.00 – 20.00 Reinhard Claves ☎ 0171 3834579**
***Kursgebühr für 10 Übungsabende Nichtmitglieder 25,- €**

Männerturngruppe: Übungsort 1

Jedermannturnen	Dienstag	18.00 – 20.00	Annie Richter	☎ 02064 32067
-----------------	----------	---------------	---------------	---------------

Nordic-Walking	Mittwoch	17.00 – 18.00	Ursula Konrad	☎ 02064 15126
----------------	----------	---------------	---------------	---------------

Kursgebühr für 10 Übungsabende: Nichtmitglieder 20,- € Treff: Schützenhaus am Rotbachsee

Allgemeine Auskünfte: Alfred Duckat (Geschäftsführer) ☎ 0173 2936011 e-mail: kontakt@sgpo.de
Zu Beiträgen und Mitgliedschaft: Heinz Schröder (Schatzmeister) ☎ 02064 770240