



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, Freitag 19 – 20.30 Trainer Jens Szopinski ☎ 0170 7866136
Co-Trainer: Thorsten Neuhaus
2. Mannschaft: Mittwoch und Freitag 19.30 – 21.00 Trainer: Jens Friebe ☎ 0179 3281868
3. Mannschaft: Montag und Mittwoch 19.30 – 21.00 Trainer: Björn Gottwald ☎

-Jugend: Kontakt:: montags von 19.00 – 20.00 ☎ 02064 473187
Jugendleiter: Michael Mailänder ☎ 0163 2517256 stell.JL: Carmen Lohmann ☎ 0172 2176991
D-Junioren: 10 – 12 Jahre: Montag und Donnerstag 17.30 – 19.00
Trainer: Uwe Rauer ☎ 0174 3985781
E-Junioren: 8 – 10 Jahre: Montag und Donnerstag 17.30 – 19.00
Trainer Andreas Kwapil ☎ 0157 37242400 Peter Brockmann ☎ 0157 85831369
F-Junioren: 6 – 8 Jahre: Dienstag und Donnerstag 16.00 – 17.30
Trainer: Sarina Ratajczak ☎ 0173 2677023, Marc Ratajczak ☎ 0176 80443299, Dieter Timm
Bambini bis 6: Montag und Mittwoch 16.00 – 17.00 Uhr
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 Helmut Schönemann ☎ 02064 93818 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 Abteilungsleiter Reinhard Claves ☎ 0171 3834579
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 ☎ 0208 4449279
Turngruppen: Übungsort 1
Frauen:
Ganzkörper-Training Montag 17.30 – 19.00 Manuela Krumpl ☎ 02064 97103
Frauen-Gymnastik Montag 19.00 – 20.00 Christel Dickmann ☎ 02064 90214
Fit ab 50 Dienstag 20.00 – 21.30 Reinhard Claves ☎ 0171 3834579
Fit und aktiv Donnerstag 20.00 – 21.30 Annie Richter ☎ 02064 32067
Gemischt:
**AROHA™ Kurs Donnerstag 18.00 – 19.00 N. Krumpl ☎ 02064 97103
**Step-Aerobic Level1-2 Kurs Donnerstag 19.00 - 20.00
**Kursgebühr für 10 Übungsabende: Mitglieder 10,- € 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 Mitglieder 5,- €, 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: Mitglieder frei, 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