

Während der Schulferien kann es wegen Hallenschließungen zu Stundenausfällen kommen! Krankheitsbedingte und andere kurzfristige Ausfälle bitten wir zu entschuldigen!

Abteilung	Geeignet für	Tag	Uhrzeit	Ort	Hinweise	Ansprechpartner/in	Telefon
Aerobic & Fitness	Siehe separater Kursplan					Alexandra Weber	aerobic@postsv-remagen.de
Basketball	Bridgers	dienstags	20:00 – 22:00	Rieinhalle Remagen	Bitte vorher anmelden	Tommaso Guidotti	0176 31198910
Cheerleading	Tiny - 7-11 Jahre Mädchen und Jungen	dienstags mittwochs	16:30 - 18:00 17:00 – 18:30 (Ostern- Herbstferien)	Rieinhalle	Zusatzgebührenpflichtig Bitte vorher anmelden	Lena Lütt	
	Stormy – 12-14 Jahre Mädchen und Jungen	mittwochs freitags	18:00 - 20:00	Rieinhalle		Sarah Thiemann	0152 54047647
	Tidal – ab 15 Jahre Mädchen und Jungen	dienstags mittwochs	18:00 - 20:00	Rieinhalle		Lena Lütt	
Discofox	Paare	dienstags	20:00 - 21:30	PostSV-Heim Remagen		Peter Wihl	02642 901590
Gesundheit & Senioren						Claudia Sommer	02641 204931
Fit und Mobil im Alter	Männer & Frauen	mittwochs	10:30 - 11:30	PostSV-Heim Remagen	Zurzeit ausgebucht	Claudia Sommer	02641 204931
Nordic Walking	Männer & Frauen	donnerstags	16:00 – 17:00	PostSV-Heim Remagen		Hans-Werner Thiemann	02642 981353
Pilates	Männer & Frauen	dienstags	18:30 – 19.30	Haus des Dorfes Leimersdorf	Zurzeit ausgebucht	Claudia Sommer	02641 204931
		mittwochs	09:00 - 10:00	PostSV-Heim Remagen	Zurzeit ausgebucht		
Gymnastik	für Frauen	mittwochs	19:30 - 21:00	IGS-Schulturnhalle Remagen		Marion Tiltmann	02642 46704
Leichtathletik	Kinder & Jugendliche	mittwochs	17:30 - 19:00	Stadion Goldene Meile		Hans-Jürgen Wolter	0171 2158599
Turnen Eltern-Kind	18 Monaten –3 Jahre	mittwochs	16:00 - 17:00	Rieinhalle Remagen		Hiltrud Thiemann	02642 981353
Tanzen Gesellschaftstanz & mehr	Fortgeschrittene	montags	20:30 - 22:00	PostSV-Heim Remagen		Anneliese Chatenay	015204945417
	Wiedereinsteiger	donnerstags	20:00 - 22:00	PostSV-Heim Remagen		Anneliese Chatenay	015204945417
	Anfänger	donnerstags	9:00 – 10:00	PostSV-Heim Remagen	Zurzeit ausgebucht	Hans-Werner Thiemann	02642 981353
	Fortgeschrittene		10:30 – 12:00				
	Fortgeschrittene	freitags	20:00 - 21:30	PostSV-Heim Remagen		Anneliese Chatenay	015204945417
Fit mit Line Dance	Anfänger	sonntags	15:30 – 16:15	PostSV-Heim Remagen		Mercè Baró Pizà	0162 2369288
	Fortgeschrittene		16:30 - 17:30				
Volleyball	Männer & Frauen	dienstags	20:00 - 22:00	Rieinhalle Remagen		Sabine Junk	02642 23351