

# Turnverein Nordhorn von 1894 e. V.



Übungsplan **ab**  
01.02.2012 für

## Reha-Sport & Funktionstraining

### Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter



**Michael Ueberschär**  
Sportlehrer

Tel.: 0 59 21 / 72 30 36  
Handy: 0172-9236780



**Simone Hermann**  
Physiotherapeutin

Tel.: 0 59 21 / 7 45 69



**Thomas Hermann**  
Physiotherapeut

Tel.: 0 59 21 / 7 40 38



**Elfi Veddeler**  
Sportlehrerin

Tel.: 0 59 21 / 7 64 92

### Bürostunden (außer in den Schulferien)

Mo., Do. & Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr  
Di. von 16.00 – 19.00 Uhr

Anschrift: Promenadenweg 7, 48527 Nordhorn  
Tel.: 05921 / 26 50; Fax: 05921 / 713 75 33  
E-Mail: [info@turnverein-nordhorn.de](mailto:info@turnverein-nordhorn.de)  
Internet-Seite: [www.turnverein-nordhorn.de](http://www.turnverein-nordhorn.de)

Die folgenden Angebote können nur auf Verordnung eines Arztes in Anspruch genommen werden. Informationen bzw. Anmeldung im Büro.

### Lungen-/Diabetes-Sport

#### Donnerstag

18.30-20.00 Uhr Lungen-/Diabetes-Sport für Erwachsene Vechtetalschule

### Rehabilitations-Sport

② E. Veddeler, ⑥ G. Hindriksen, ③ T. Stroot, ④ S. Hermann, ⑤ Th. Hermann

#### Montag

17.15-18.15 Uhr ② Wassergymn. f. Erwachsene Vechtetalschule  
18.15-19.15 Uhr ② Wassergymn. f. Erwachsene Vechtetalschule  
19.15-20.15 Uhr ② Wassergymn. f. Erwachsene Vechtetalschule

#### Dienstag

15.30-16.30 Uhr ⑥ Psychomotorik Kids 6-10 Jahren Vechtetalschule  
18.05-18.55 Uhr ③⑤ Reha-Sport (trocken) KGZ Hermann (Max-Planck-Str.)

#### Mittwoch

10.00-10.50 Uhr ④ Reha-Sport (trocken) KGZ Hermann (Stadtring 31)  
10.50-11.40 Uhr ④⑤ Reha-Sport (trocken) KGZ Hermann (Stadtring 31 & KGZ Hermann Max-Planck-Str.)

#### Donnerstag

17.15-18.05 Uhr ③⑤ Reha-Sport (trocken) KGZ Hermann (Max-Planck-Str.)  
19.15-20.00 Uhr ② Wassergymn. f. Erwachsene Vechtetalschule  
20.00-21.00 Uhr ② Wassergymn. f. Erwachsene Vechtetalschule

#### Freitag

10.00-10.50 Uhr ④ Reha-Sport (trocken) KGZ Hermann (Stadtring 31)

Die folgenden Angebote können auch ohne Verordnung eines Arztes in Anspruch genommen werden.

### Funktionstraining

① A. Kunzmann, ② E. Veddeler

#### Dienstag

17.30-18.30 Uhr ① Wrbelsäulengymnastik f. Erw. Gymnasium alt

#### Mittwoch

17.00-18.00 Uhr ② Wrbelsäulengymnastik f. Erw. Gymnasium alt

### Rollifahrer

M. Ueberschär (0172/9236780)

#### Mittwoch

14.45-16.15 Uhr Sport für Rollifahrer Vechtetalschule