

Verein für Breitensport Langenhagen e. V.

Der familienfreundliche Verein für Hobby- und Freizeitsport

Trainingszeiten www.vfb-langenhagen.de Stand Februar 2012	Aikido Esdo Fit in Form Fitness vital 50+ Judo Tai-Chi-Gong VoViNam	
---	---	---

Aikido			
Montag	18.00 – 20.00 Uhr	Kinder & Jugendliche	Friedrich-Ebert-Schule
	20.00 – 21.30 Uhr	Erwachsene	
Donnerstag	18.30 – 20.00 Uhr	Kinder & Jugendliche	
	20.00 – 21.30 Uhr	Erwachsene	

Christiane Jansen / Tel.: 0511 - 79 00 800 / eMail: aikido@vfb-langenhagen.de

Esdo & WDS			
Montag	20.00 – 21.45 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	Friedrich-Ebert-Schule
Dienstag	20.00 – 22.00 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	Friedrich-Ebert-Schule
Mittwoch	19.30 – 21.30 Uhr	WDS	Adolf-Reichwein-Schule
Donnerstag	17.00 – 18.30 Uhr	Kinder	Friedrich-Ebert-Schule
	16.30 – 18.00 Uhr	Esdo-Bären-Kids	Adolf-Reichwein-Schule
Freitag	18.00 – 19.30 Uhr	Kinder	Gymnasium Langenhagen
	19.30 – 21.30 Uhr	WDS & Esdo	

Armin Besler / Tel.: 0511 – 77 37 24 / eMail: arminbesler@vfb-langenhagen.de

Fit in Form			
Dienstag	20.00 – 21.00 Uhr	Erwachsene	Adolf-Reichwein-Schule

Marina Tränkner / Tel.: 0511 – 72 21 35 / eMail: marinatraenkner@vfb-langenhagen.de

Fitness vital 50+			
<i>Die Sparte wird derzeit kommissarisch vom Vorstand geleitet.</i>			

Judo			
Montag	15.45 – 17.15 Uhr	Judomäuse (5-7 Jahre)	Pestalozzi Schule
	19.00 – 20.30 Uhr	Karate	Hermann-Löns-Schule
Dienstag	18.00 – 19.30 Uhr	Kinder (7-12 Jahre)	Gymnasium Langenhagen
	19.45 – 21.15 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	
Mittwoch	20.00 – 21.30 Uhr	Capoeira	Brinker Schule
	20.00 – 21.30 Uhr	Karate	Brinker Schule
Donnerstag	18.15 – 19.45 Uhr	Jugendliche (12-16 Jahre)	Gymnasium Langenhagen
	19.45 – 21.15 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	
Freitag	15.45 – 17.15 Uhr	Kinder (7-10 Jahre)	Friedrich-Ebert-Schule
	17.30 – 19.00 Uhr	Kinder (9-12 Jahre)	
		Jugendliche (12-16 Jahre)	
	19.00 – 21.00 Uhr	Prüfungsvorbereitung ab 4. Kyu	
	18.00 – 19.30 Uhr	Capoeira	Brinker Schule
Samstag	20.00 – 21.30 Uhr	Karate	Hermann-Löns-Schule
	14.00 – 15.00 Uhr	Capoeira (Kinder ab 6 Jahre)	Brinker Schule
	15.00 – 16.30 Uhr	Capoeira (Jugendl. & Erw.)	

Klaudia Wahl / Tel.: 0511 – 72 27 42 / eMail: klaudiawahl@vfb-langenhagen.de

Tai-Chi-Gong			
Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	Erwachsene	Adolf-Reichwein-Schule
Freitag	19.45 – 21.15 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	Brinker Schule

Ines Besler / Tel.: 0511 – 77 37 24 / eMail: inesbesler@vfb-langenhagen.de

VoViNam – ViệtVõĐạo			
Dienstag	16.30 – 18.30 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	IGS
Mittwoch	16.00 – 17.30 Uhr	Kinder & Jugendliche	Adolf-Reichwein-Schule
	18.00 – 19.30 Uhr	Jugendliche & Erwachsene	
Freitag	19.00 – 22.00 Uhr	Kinder bis Erwachsene	IGS

Dominik Skierecki / Tel.: 0176-767 5623 / eMail: dominikskierecki@vfb-langenhagen.de