

| Tag                      | Uhrzeit              | Abteilung/Sportart           | Abteilungsleitung           | Telefon       | Sportstätte                                    |
|--------------------------|----------------------|------------------------------|-----------------------------|---------------|--|
| <b>Montag</b>            |                      |                              |                             |               |  |
|                          | 16.00 - 18.00        | Yoga                         | Peter Barth                 | 456 2741      | Turnhalle an der Hochfelderstr. MH-Speldorf    |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
| <b>Dienstag</b>          |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
|                          | 15.00 - 21.00        | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |
|                          | 17.00 - 19.00        | Kinder Judo Bushido          | Dieter Maes                 | 72072         | DTV Turnhalle Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
|                          | 17.30 - 19.00        | Fußball Hobby Team           | Uwe Mann                    | 456 2991      | Soccer Halle Aktienstr./Schmitzbauerstr.1 a MH |
| <b>Juni - Oktober</b>    | <b>n.Absprache</b>   | Drachenboot                  | Bernhard Stöckel            | 456 5151      | DJK Ruhrwacht Bootshaus Mintarderstr. 19 MH    |
|                          | 18.00 - 20.00        | Volleyball                   | Dr. Ulrich von der Crone    | 456 4526      | DTV Turnhalle Gathestr. Mülheim a.d.Ruhr       |
|                          | 20.00 - 22.00        | Jui - Jitsu Sen. Bushido     | Dieter Maess                | 72072         | DTV Turnhalle Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
| <b>Mittwoch</b>          |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
|                          | 10.00 - 11.30        | Gymnastik Senioren Kurs 1    | Karin Dietzel               | 35782         | DTV Sportsaal Nikolaus Ehlen Str. MH           |
|                          | 17.30 - 19.00        | Fußball Hobby Team           | Uwe Mann                    | 456 2991      | Soccer Halle Aktienstr./Schmitzbauerstr.1 a MH |
|                          | 15.00 - 21.00        | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |
|                          | 18.00 - 19.00        | Squash                       | Paul Zolnowski              | 456 2815      | Squash u. Fitnesspark Duisburg Lotharstr. 22   |
| <b>alle 4 Wochen</b>     | 18.00 - 21.00        | Bowling                      | Frank Steinfeld             | 0162 207 1052 | Joos Super Bowling RRZ Essen-Mülheim           |
| <b>Donnerstag</b>        |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
| <b>alle 4 Wochen</b>     | 10.30 - 14.00        | Wandern                      | Günter Schmitz              | 472427        | Rund um Mülheim                                |
|                          | 15.00 - 21.00        | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |
|                          | 16.00 - 17.00        | Indoor-Cycling               | Natascha Ebbing             | 456 5703      | DTV Sportsaal Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
|                          | 17.00 - 18.00        | Aerobic                      | Natascha Ebbing             | 456 5703      | DTV Sportsaal Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
|                          | 18.00 - 19.00        | Indoor-Cycling               | Natascha Ebbing             | 456 5703      | DTV Sportsaal Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
|                          | 18.00 - 20.00        | Gymnastikabteilung sen.      | Peter Flatschacher          | 390 507       | DTV Turnhalle Gathestr. Mülheim a.d.Ruhr       |
| <b>Mai - September</b>   | <b>18.00 - 20.00</b> | Sportabzeichen               | Dr. Marcel Eifel            | 456 5120      | DJK VfR Saarn Sportplatz Mintarderstr. MH      |
|                          | 19.45 - 22.00        | Jui - Jitsu Sen. Bushido     | Dieter Maess                | 72072         | DTV Turnhalle Schildberg Mülheim a.d.Ruhr      |
| <b>Freitag</b>           |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
|                          | 10.00 - 11.30        | Gymnastik Senioren Kurs 2    | Karin Dietzel               | 35782         | DTV Sportsaal Nikolaus Ehlen Str. MH           |
|                          | 15.00 - 21.00        | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |
|                          | 18.30 - 20.00        | Badminton                    | Thomas Helmis               | 456 4688      | DTV Turnhalle Gathestr. Mülheim a.d.Ruhr       |
| <b>Samstag</b>           |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
|                          | 15.00 - 21.00        | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |
| <b>Sonntag</b>           |                      |                              |                             |               |  |
| <b>April - September</b> | <b>09.00 - 21.00</b> | <b>Tennis</b>                | <b>Karl H.von der Horst</b> | <b>370361</b> | <b>DTV Tennisplatz Nikolaus Ehlenstr. 20</b>   |
|                          | n.Absprache          | Leichtathletik und Triathlon | Frank Schlott               | 456 3462      | Marathon Mülheim Mintarderstr. Harbecke Halle  |
|                          | n.Absprache          | Boule/Pétanque               | Rainer Winters              | 0203-3926335  | Siemens Bouldrome A59 Sternbuschweg 400 DU     |