



# SV Buckow 1897 e.V.

## Angebote für Sport unter besonderen infektionsbedingten Auflagen



Änderungen vorbehalten!		info@svbuckow.de			Corona spezial 09/2020	
MONTAG	Zeit	Angebote	Trainer	Fläche	Ort	Nr.
Montag	14.00-14.45	Gymnastik	Sabine Rosenzweig	Wiese	Vereinsheim Buckower Damm 260 12349 Berlin	C103
Montag	15.00-15.45	Gymnastik	Sabine Rosenzweig	Wiese	Vereinsheim Buckower Damm 260 12349 Berlin	C104
Montag	16.00-16.45	Line Dance III - Gr. 1	Brigitte Möhring	---	Sporthalle / *Vereinsheim Schule am Bienwaldring Breitunger Weg 1 12349 Berlin	C105
Montag	16.00-17.00	Ismakogie	Sabine Gutknecht	---	KITA Sonnenkäfer / *Britzer Garten Holzmindener Str. 23 12347 Berlin	C110 *1 C111 *2
Montag	16.00-17.00	Kaha	Detlef Rodewald	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C117 *1 C155 *2
Montag	16.15-17.00	Line Dance II - Gr. 1	Martina Maggio	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C143
Montag	17.00-17.45	Line Dance III - Gr. 2	Brigitte Möhring	---	Sporthalle / *Vereinsheim Schule am Bienwaldring Breitunger Weg 1 12349 Berlin	C106
Montag	17.15-18.00	Line Dance II - Gr. 2	Martina Maggio	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C144
Montag	17.15-18.30	Yoga	Stefanie Fischer	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C101 *1 C108 *2
Montag	18.00-19.15	Gymnastik -sanft-	Christiane Kurpiers	---	Sporthalle Zürich-Grundschule Wederstraße 49 12347 Berlin	C142
Montag	18.15-19.00	Zumba - Gr. 1	Elisabeth Napiontek	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C130
Montag	18.30-20.00	Nordic Walking	Jörg Hackenberg	---	Britzer Garten Eingang Sangerhauser Weg 12349 Berlin	C112
Montag	18.45-20.15	Koordination-Ganzkörper	Ines Dietze	---	Sporthalle / *Vereinsheim Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C141
Montag	19.15-20.00	Zumba - Gr. 2	Elisabeth Napiontek	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C129
Montag	19.15-20.45	Tischtennis (Hobby - Kein Turnier)	Betreuer: Uwe Schnell	---	Sporthalle Zürich-Grundschule Wederstraße 49 12347 Berlin	C140
Montag	20:30-21:45	Line Dance - Freies Training	Betreuer: Gabriele Pritzel	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C127
DIENSTAG	Zeit	Angebote	Trainer	Fläche	Ort	Nr.
Dienstag	10.00-10.45	Ismakogie	Sabine Gutknecht	Wiese	Vereinsheim Buckower Damm 260 12349 Berlin	C115
Dienstag	10.30-11.15	Qi Gong - Gr. 1	Sabine Kugler	Steinfläche (W2)	Vereinsheim Buckower Damm 260 12349 Berlin	C114
Dienstag	11.30-12.15	Qi Gong - Gr. 2	Sabine Kugler	Wiese	Vereinsheim Buckower Damm 260 12349 Berlin	C116
Dienstag	16.00-17.00	Gymnastik / Funktionstraining	Tim Pokornowski	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C124
Dienstag	17.00-18:00	Tai Chi	Claudia Zimmermann	---	Sporthalle / *Vereinsheim Schule am Bienwaldring Breitunger Weg 1 12349 Berlin	C119
Dienstag	17.15-18.15	Drums Alive (ab 6 Jahre)	Manuela Beiersdorf-Treu	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C128

Dienstag	18.00-18.45	Orientalischer Tanz	Corinna Pahl	---	Wilde Hütte / *Vereinsheim Wildhüterweg 3 12351 Berlin	C171
Dienstag	18.30-20.00	Power Fit	Denis Drevs	---	Sporthalle / *Vereinsheim Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C136
Dienstag	19.00-19.45	Orientalischer Tanz	Corinna Pahl	---	Wilde Hütte / *Vereinsheim Wildhüterweg 3 12351 Berlin	C172
<b>MITTWOCH</b>	<b>Zeit</b>	<b>Angebote</b>	<b>Trainer</b>	<b>Fläche</b>	<b>Ort</b>	<b>Nr.</b>
Mittwoch	16.00-16.45	Koordination-Balance	Thi Thu Vo	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C132
Mittwoch	17.00-18.15	Bauch - Beine - Po	Sabine Rosenzweig	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C107
Mittwoch	18.30-19.15	Line Dance IV (Anfänger) - Gr. 1	Martina Maggio	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C151
Mittwoch	19.00-20.30	Body Shape	Venka Koch	---	Sporthalle / *Vereinsheim Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C102
Mittwoch	19.30-20.15	Line Dance IV (Anfänger) - Gr. 2	Martina Maggio	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C175
<b>DONNERSTAG</b>	<b>Zeit</b>	<b>Angebote</b>	<b>Trainer</b>	<b>Fläche</b>	<b>Ort</b>	<b>Nr.</b>
Donnerstag	16.30-18.00	Kinderturnen (4-6 Jahre) (ab 20.08.)	Venka Koch	---	Sporthalle Schule am Bienwaldring Breitunger Weg 1 12349 Berlin	C113
Donnerstag	17.00-18.00	Aroha	Claudia Quiatkowski	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C156 *2 C158 *1
Donnerstag	18.15-19.30	Energy Dance	Katarina Pollner	---	Sporthalle Wetzlar-Grundschule Tischlerzeile 34 12351 Berlin	C157
Donnerstag	18.30-20.00	Nordic Walking	Belinda Elter	---	Britzer Garten Eingang Sangerhauser Weg 12349 Berlin	C149
Donnerstag	19.00-20.00	Gymnastik	Uta Gelowik-Eichler	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C145
Donnerstag	19.00-20.30	Gymnastik/Wirbelsäule (Frauen)	Sabine Rosenzweig	---	Sporthalle Zürich-Grundschule Wederstraße 49 12347 Berlin	C139
<b>FREITAG</b>	<b>Zeit</b>	<b>Angebote</b>	<b>Trainer</b>	<b>Fläche</b>	<b>Ort</b>	<b>Nr.</b>
Freitag	16.00-17.15	Stuhlgymnastik	Thi Thu Vo	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C131
Freitag	17.30-18.30	Breakdance (Anfänger - ab 6 Jahre)	Dominik Kryszinski	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C153
Freitag	18.30-19.30	Breakdance (Fortgeschrittene)	Dominik Kryszinski	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C154
Freitag	20.00-21.45	Tanzen - Disco Fox	Betreuer: Frey Stenzel	---	Sporthalle Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C152
<b>SAMSTAG</b>	<b>Zeit</b>	<b>Angebote</b>	<b>Trainer</b>	<b>Fläche</b>	<b>Ort</b>	<b>Nr.</b>
Samstag	09.00-09.45	Eltern-Kind-Turnen (EKT) - Gr.1	Martina Hamm	---	Sporthalle Schule am Regenweiher Johannisthaler Chaussee 328 12351 Berlin	C177
Samstag	09.30-10.15	Wirbelsäulengymnastik - Gr. 1	Sabine Rosenzweig	---	Sporthalle / *Vereinsheim Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C162
Samstag	10.00-10.45	Eltern-Kind-Turnen (EKT) - Gr.2	Martina Hamm	---	Sporthalle Schule am Regenweiher Johannisthaler Chaussee 328 12351 Berlin	C178
Samstag	10.30-11.15	Wirbelsäulengymnastik - Gr. 2	Sabine Rosenzweig	---	Sporthalle / *Vereinsheim Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	C164
Samstag	11.00-11.45	Eltern-Kind-Turnen (EKT) - Gr.3	Martina Hamm	---	Sporthalle Schule am Regenweiher Johannisthaler Chaussee 328 12351 Berlin	C179

Samstag	11.30-12.15	Moderner Kindertanz (6-8 Jahre)	Ayana Güler	---	<b>Sporthalle</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C126</b>
Samstag	12.00-12.45	Eltern-Kind-Turnen (EKT) - Gr.4	Martina Hamm	---	<b>Sporthalle</b> Schule am Regenweiher Johannisthaler Chaussee 328 12351 Berlin	<b>C180</b>
Samstag	12.30-13.15	Moderner Kindertanz (9-12 Jahre)	Ayana Güler	---	<b>Sporthalle</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C125</b>
Samstag	14.00-15.00	Erlebnis Parcours I (5-8 Jahre)	Martina Hamm	---	<b>Sporthalle</b> Schule am Regenweiher Johannisthaler Chaussee 328 12351 Berlin	<b>C176</b>
Samstag	14.30-16.00	Line Dance I	Brigitte Möhring	---	<b>Sporthalle / *Vereinsheim</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C166</b>
<b>SONNTAG</b>	<b>Zeit</b>	<b>Angebote</b>	<b>Trainer</b>	<b>Fläche</b>	<b>Ort</b>	<b>Nr.</b>
Sonntag	10.00-11.00	Paartanzen - Gr. 1	Dieter Hoffmann	---	<b>Sporthalle</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C168</b>
Sonntag	11.15-12.15	Paartanzen - Gr. 2	Dieter Hoffmann	---	<b>Sporthalle</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C169</b>
Sonntag	12.30-13.45	Paartanzen - Gr. 3	Dieter Hoffmann	---	<b>Sporthalle</b> Christoph-Ruden-Grundschule An den Achterhöfen 13-17 12349 Berlin	<b>C170</b>

Angebote Kinder / Jugendliche

Britzer Garten - Eingänge:

**ISMAKOGIE - C111**  
Buckower Damm

**NORDIC WALKING - C112 und C149**  
Sangerhauser Weg

14 Tage-Rhythmus:

**YOGA**  
C101 \*1 = Ungerade KW / C108 \*2 = Gerade KW  
**ISMAKOGIE**  
C110 \*1 = Ungerade KW (Kita)  
C111 \*2 = Gerade KW (Britzer Garten)  
**KAHA**  
C117 \*1 = Ungerade KW / C155 \*2 = Gerade KW  
**AROHA**  
C158 \*1 = Ungerade KW / C156 \*2 = Gerade KW

## Ergänzung Trainingsplan \*Vereinsheim - \*Britzer Garten

*Trainingszeiten können von Hallenzeiten abweichen. Informationen über Trainer oder Büro. Änderungen vorbehalten!*

Tag	Zeit	Angebote	Trainer	Fläche	Ort	Nr.
Montag	16.30-17.15	Line Dance III	Brigitte Möhring	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C105</b>
Montag	16.00-17.00	Ismakogie	Sabine Gutknecht	---	*Britzer Garten (Buckower D.)	<b>C111</b>
Montag	17.30-18.15	Line Dance III	Brigitte Möhring	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C106</b>
Montag	18.30-20.00	Koordination-Ganzkörper	Ines Dietze	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C141</b>
Dienstag	17.00-17.45	Tai Chi	Claudia Zimmermann	Wiese	*Vereinsheim	<b>C119</b>
Dienstag	18.00-18.45	Orientalischer Tanz	Corinna Pahl	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C171</b>
Dienstag	19.00-19.45	Orientalischer Tanz	Corinna Pahl	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C172</b>
Mittwoch	18.30-19.30	Body Shape	Venka Koch	Wiese	*Vereinsheim	<b>C102</b>
Mittwoch	19.00-19.45	Power Fit	Denis Drevs	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C136</b>
Samstag	09:30-10:15	Gymnastik	Sabine Rosenzweig	Wiese	*Vereinsheim	<b>C162</b>
Samstag	10:30-11:15	Gymnastik	Sabine Rosenzweig	Wiese	*Vereinsheim	<b>C164</b>
Samstag	14.30-16.00	Line Dance I	Brigitte Möhring	Steinfläche	*Vereinsheim	<b>C166</b>

SV Buckow 1897 e.V., Buckower Damm 260-262, 12349 Berlin  
GESCHÄFTSSTELLE: Di. 17.00-19.00 Uhr und Fr. 16.00-18.00 Uhr

● INTERNET: [www.svbuckow.de](http://www.svbuckow.de) ● E-MAIL: [info@svbuckow.de](mailto:info@svbuckow.de) ● TEL 030 - 740 799 60 ● FAX 030 - 742 060 19



Internet



E-Mail



Telefon



Trainingsplan