

## Tennis \*)

### Ostern bis Herbst

6 Plätze

☎ Klaus Knauer ☎ 0152 56609609

☎ Jugend: Volker Standke ☎ 0157 73800910



## Thairobic

### Fr 18:30 – 20:00

Clubhaus GWR Fleher Str 220 d

☎ Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



## Tischtennis (BSG WLB/ Prov.)

### Mo 18:00 – 22:00

### Di 18:00 – 20:00

Halle Siegburgerstr. 149

☎ Markus Grzesch ☎ 8263595 WestLB

☎ Ulli Warnemünde ☎ 9783707 Provinzial



## Vital und Fit

### Do 09:30 – 11:00

Clubhaus Fleher Str 220 d

☎ Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



## Volleyball (BSG WLB)

### Di 18:00 – 20:00

Matt.- Claudius- Schule

☎ Wolfgang Jung ☎ 8263598 WestLB



## Walking

### Mo 18:00 – 19:00

Volksgarten Eingang Bittweg

Laufbahn GWR (Ende Dez – März)

☎ Gabi Teusch ☎ 9789691 Provinzial



## Zumba \*)

### Sa 14:30 – 16:00

Clubhaus GWR Fleher Str 220 d

☎ Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



\*) s. Zusatzbeiträge

[www.sv-gwr.de](http://www.sv-gwr.de)

## GWR Info´s

Weitere Sportgruppen finden Sie unter

[www.sv-gwr.de](http://www.sv-gwr.de)

### Bitte unbedingt beachten!

Bei allen Sportarten, die als BSG gekennzeichnet sind, handelt es sich um Betriebssportgruppen. Auch hier ist jeder willkommen, aber vor der Anmeldung bitte beim Übungs-/Spartenleiter anfragen, ob Plätze frei sind und ob Zusatzbeiträge erhoben werden.

## Boule (Boccia)

Boulen für Jedermann auf unserer Bahn in der Clubanlage zum Preis von 2,00 € für die Benutzung ohne Mitgliedschaft.

☎ Klaus Peter Stege ☎ 9789676 Provinzial

### Unsere Mitgliedsbeiträge

#### Jahresbeitrag Hauptverein

Erwachsene	60,00 €
Jugendliche bis 18 J. und Studenten	24,00 €
Passive Mitglieder	12,00 €

#### Zusatzbeiträge

##### \*)Tennis:

Erwachsene	155,00 €
Jugendliche (bis 18 J.) Studenten	77,00 €

##### \*) Aquafit (für 10 Trainingseinheiten)

Erwachsene Mitglieder	15,00 €
Erwachsene (Nichtmitglieder)	40,00 €

##### \*) Spinning:

Jahresbeitrag	30,00 €
---------------	---------

##### \*) Zumba:

10er Karte für Nichtmitglieder	30,00 €
--------------------------------	---------

[www.sv-gwr.de](http://www.sv-gwr.de)



Grün Weiss Rot 1930 e. V.

GWR

# Vereinsleben

# Aktuell

Nr.: 01/12

## Informationen für Mitglieder

Sportverein Grün Weiss Rot 1930 e.V.

Fleher Str 220 d

40223 Düsseldorf

Tel.: 0211-153674

Internet: [www.sv-gwr.de](http://www.sv-gwr.de)

Mail: [info@sv-gwr.de](mailto:info@sv-gwr.de)

Geschäftszeiten :

Donnerstag: 17:30 – 19:00 h

Sport ist im Verein am schönsten

[www.sv-gwr.de](http://www.sv-gwr.de)

### Aquafit \*)

Fr 19:00 – 20:00

Fr 20:00 – 21:00

Martin Luther Schule Gotenstr.

☎Gabi Teusch ☎ 9789691 Provinzial



### Badminton (BSG Prov/WLB.)

Do 18:00 – 20:00

Do. Telemannstr. (WestLB)

Brucknerstr. Eingang Telemannstr. (Do.)

Do.: Dieter-Forte Gesamtsch. (Prov)

Heidelberger Str. 75

☎Frauke Wilhelmi ☎ 8269147 WestLB

☎Helge Ohliger ☎ 9782789 Provinzial



### Basketball (BSG WLB)

Do 20:00 – 22:00

Halle Görres Gymn.

Bastionstr. 51/ Königsallee

☎Ulrike Heße Behrendt ☎ 8268075 WestLB



### Body-Workout

Di 18:00 – 19:00

Do 19:30 – 20:30

Clubhaus Fleher Str 220 d

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB

☎Isabella Schulz ☎ 82611669 WestLB



### Eishockey (BSG WLB)

Mi 21:00 – 22:00 nur im Winter

Sparkassen Eissporthalle Benrath

Paulsmühlenstr. 5 (am Bhf Benrath)

☎Ralph Orlob ☎ 8266413 WestLB



### Fit & Fun (BSG WLB)

Mi 18:30 – 19:30

Clubhaus Fleher Str. 220 d

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Fitness-Gymnastik

Di 18:00 – 19:00

Turnhalle Bachstr./Ecke Weberstr.

☎Gabi Teusch ☎ 9789691 Provinzial



\*) s. Zusatzbeiträge

### Fit for Men

Di 19:00 – 20:00

Turnhalle Bachstr./Ecke Weberstr.

☎Gabi Teusch ☎ 9789691 Provinzial



### Fußball (BSG Prov/WLB)

Di 19:00 – 21:00 (WLB)

Mi 17:00 – 18:45 (Prov)

Fußballplatz GWR Fleher Str 220 d

☎Marcus Prenzel ☎ 8269076 WestLB

☎Klaus-Peter Stege ☎ 9789676 Provinzial



### Kickboxen

Sa 13:00 – 14:30

Clubhaus GWR Fleher Str 220 d

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Laufen

Mi ab 16:30

Laufgruppe Damen

Mi 16:00 – 18:00

Clubanlage Fleher Str. 220 d

☎Bernd-Josef Dören ☎ 9782316 Provinzial

☎Hildegard Häcker (Damen) ☎ 02150- 1348

☎Manfred Friedrichs ☎ 8266515 WestLB



### Motorrad (BSG WLB)

Weitere Informationen erhalten Sie im Internet

☎Dietmar Schulte ☎ 8266778 WestLB

☎Klaus Hanraths ☎ 8268098 WestLB



### Pilates

Di 19:00 – 20:00

Do 08:30 – 09:30

Clubhaus Fleher Str 220 d

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Radsport (BSG Prov/WLB)

Outdoor Training (April- Sept)

Mi 17:30 Abfahrt ab Clubheim, Fleher- 220d

Indoor Training s. Spinning

☎ Klaus-Peter Nisius ☎ 978 3349 BSG Provinzial

☎ Jürgen Schiemann ☎ 826 2864 BSG WestLB

☎ Bruno Reble ☎ 0172 291 0898



### Rückenfit

Mo 19:30 – 20:30

Di 17:00 – 18:00

Clubhaus Fleher Str 220 d

☎Isabella Schulz ☎ 82611669 WestLB

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Skigymnastik (BSG WLB)

Di 18:00 – 20:00 Winter

Di 18:30 – 19:30 Sommer

Winter: Martin-Luther-Schule, Gotenstr.

Sommer: GWR, Fleher Str. 220 d

☎Monika Schmitt ☎ 8264607 WestLB

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Stretch und Relax

Do 09:30 – 11:00

Clubhaus Fleher Str 220 d

☎Claudia Ballhausen ☎ 8266949 WestLB



### Squash (BSG Prov/WLB)

Mi 16:00 – 18:00 Provinzial

Mi 18:30 – 20:30 WestLB

City- Squash Brachtstr. 1

☎Ha-Jo Müller ☎ 9782198 Provinzial

☎Norbert Ulrich ☎ 8266498 WestLB



### Spinning\*)

Mi: 17:00-18:00

Holmes Place

☎Günther Engelmann ☎ 9782728 Provinzial



### Step leicht

Do 17:30 – 19:30

Clubhaus GWR Fleher Str 220 d

☎Gabi Teusch ☎ 9789691 Provinzial



### Step mittel

Mo 18:30 – 19:30

Clubhaus GWR Fleher Str 220 d

☎Isabella Schulz ☎ 82611669 WestLB



\*) s. Zusatzbeiträge