



# WMTV SOLINGEN

Wald-Merscheider Turnverein 1861 e. V. · Adolf-Clarenbach-Straße 41, 42719 Solingen

# Sportangebote

## Übersicht - Stand September 2022

---



---

... mehr als nur ein Sportverein

# So erreichen sie uns

## Geschäftsstelle:

Adolf-Clarenbach-Straße 41  
42719 Solingen

Telefon: 0212 - 31 85 97  
Telefax: 0212 - 23 11 476  
eMail: [info@wmtv.de](mailto:info@wmtv.de)  
Internet: [www.wmtv.de](http://www.wmtv.de)

## Öffnungszeiten:

dienstags  
16:00 - 19:00 Uhr  
mittwochs und freitags  
09:00 - 12:00 Uhr

## Bankverbindung:

Stadt-Sparkasse Solingen  
IBAN: DE20342500000000220343  
BIC: SOLSDE33XXX

## WMTV Fitnessstudio:

Adolf-Clarenbach-Straße 41  
42719 Solingen

Telefon: 0212 - 23 11 475

## Öffnungszeiten:

montags bis freitags 8:00 - 21:00 Uhr  
samstags 09:00 - 17:00 Uhr  
sonntags 09:00 - 15:00 Uhr

## WMTV Restaurant:

Adolf-Clarenbach-Straße 41  
42719 Solingen  
Am Walder Stadion

Telefon: 0212 - 31 07 46

Öffnungszeiten:  
dienstags bis samstags  
ab 18:00 Uhr  
sonntags und feiertags  
ab 17:00 Uhr

## Küche:

18:00 - 21:00 Uhr / 22:00 Uhr  
und nach Absprache



[www.wmtv.de](http://www.wmtv.de)

## Unsere weiteren Broschüren:



**WMTV SOLINGEN**  
Welt-Hirschauer Turnverein 1881 e. V., Adolf-Clarenbach-Straße 41, 42719 Solingen

**Fit und Gesund**



... mehr als nur ein Sportverein

**WMTV SOLINGEN**  
Welt-Hirschauer Turnverein 1881 e. V., Adolf-Clarenbach-Straße 41, 42719 Solingen

**Vereinszeitung**



... mehr als nur ein Sportverein



# Sport im Verein

Als führender Sportverein bietet der WMTV SOLINGEN eine breite Palette von Sportarten und Bewegungsangeboten für alle Bedürfnisse und Lebensphasen. Rund 230 Sportgruppen im Breiten-, Freizeit- Reha- und Leistungssport sprechen für sich.

## **Sport, Spiel und Spaß - für Kinder und Jugendliche**

Die Begeisterung für Sport und Bewegung kann ab dem Baby-Alter gefördert werden, Anstöße für ein dauerhaft aktives Leben geben und das Verhalten in der Gemeinschaft positiv entwickeln. Eltern-Kleinkind-Angebote, diverse Ballsportarten, Kampfsport, Leichtathletik, Tanzen, Tennis, Turnen, das sind nur einige Möglichkeiten, die dem Nachwuchs die Freude am Sport vermitteln, ganz nach den individuellen Interessen.

## **Fitness und Gesundheit - für Alle**

Persönliche Aktivitäten zur Förderung von Fitness und Gesundheit, aktive Freizeitgestaltung in der Gemeinschaft, Ausgleich zu Studium, Beruf und Familie, das sind verschiedene Ansätze zur individuellen sportlichen Betätigung. Ob Fortführung der Sportart aus der Jugendzeit oder die Nutzung aktueller Sportangebote aus den Bereichen Gymnastik, Tai Chi, Tanz, Turnen oder fernöstlicher Bewegungskünste, die Palette lässt keine Wünsche offen.

## **Sport und Bewegung - für Lebenserfahrene**

Sport und Bewegung für alle Lebenslagen und -phasen, angepasst auf die individuelle Leistungsfähigkeit in jeder Altersklasse, dass sind die Vorteile, die wir Ihnen als Sportverein bieten können. Zur aktiven Lebensgestaltung, mit sozialen Kontakten und Geselligkeit. Gestalten Sie Ihr Leben aktiv, für hohe Leistungsfähigkeit im Alltag. Nutzen Sie unsere Sportangebote.

Jetzt persönlich oder im Internet informieren und zur Mitgliedschaft anmelden. Profitieren Sie als Mitglied auch von unseren attraktiven Vergünstigungen bei den Kursgebühren.

Wir freuen uns auf Sie - Ihr WMTV-Team.



## Kinder- und Jugendsport

Abt.-Leiter: Gabi Büdenbender  
 Vertreter: K. Knott  
 Mail: gabibuedenbender@web.de  
 Info@wmtv.de  
 Tel: 0212 - 31 85 97

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Baby-Turnen	6 -18 Mon.	Do	08.30 - 09.15	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Baby-Turnen	6 -18 Mon.	Do	09.30 - 10.15	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Baby-Turnen	6 -18 Mon.	Do	10.30 - 11.15	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Eltern-Kind-Turnen	1 - 4 Jahre	Di	15.00 - 16.30	TH-WMTV	S. Brüser, K. Knott
	1 - 3 Jahre	Fr	15.30 - 16.30	TH-Wahnenkampf	Gabi Büdenbender
	1 - 4 Jahre	Fr	15.00 - 16.00	TH-Sternstrasse	Anna-Lena Bleech, Saskia Brüser
	1 - 4 Jahre	Fr	16.00 - 17.00	TH-Sternstrasse	Anna-Lena Bleech, Saskia Brüser
	1 - 4 Jahre	Fr	17.00 - 18.00	TH-Sternstrasse	Anna-Lena Bleech, Saskia Brüser
Kinderturnen	4 - 6 Jahre	Mo	15.00 - 16.00	TH-WMTV	Gabi Büdenbender & Team
	7 - 10 Jahre	Mo	16.00 - 17.00	TH-WMTV	Gabi Büdenbender & Team
	ab 8 Jahre	Mi	16.00 - 17.30	TH-WMTV	Susanne und Team
	3 - 6 Jahre	Fr	16.30 - 18.00	GH-Wahnenkampf	G. Büdenbender und Team
Bewegung für Übergewichtige	6 - 10 Jahre	Mo	17.00 - 17.45	TH-Gottlieb-Heinrich	A. Lukosch / S. Schumacher
Bewegung für Übergewichtige	11 - 14 Jahre	Mo	17.45 - 18.30	TH-Gottlieb-Heinrich	A. Lukosch / S. Schumacher
Jumping Kids	5 - 8 Jahre	Sa	15.00 - 16.00	GH-WMTV	Melanie Tillert
Jumping Kids	9 - 14 Jahre	Sa	16.00 - 17.00	GH-WMTV	Melanie Tillert
Bewegung für Jungs	4 - 6 Jahre	Di	17.00 - 18.00	TH-Gottlieb-Heinrich	Phil Lukosch, Saskia Brüser
WK-Turnen Mädchen	5 - 10 Jahre	Di	16.30 - 19.00	TH-WMTV	K. Baum, K. Knott, J. Breidenbach
WK-Turnen Mädchen	5 - 10 Jahre	Fr	16.30 - 19.00	TH-WMTV	K. Baum, K. Knott, J. Breidenbach
Abenteuersport	8 - 14 Jahre	Mi	18.00 - 19.30	TH-Gottlieb-Heinrich	Andrea Kratz
Hobby-Fußball	8 - 12 Jahre	Mo	16.00 - 17.00	TH-Gottlieb-Heinrich	Andreas Lukosch
Hobby-Fußball	10 - 16 Jahre	Do	18.00 - 19.00	TH-Rosenkampf	Phil Lukosch
Hobby-Fußball	10 - 16 Jahre	Fr	16.00 - 17.00	TH-Sedanstr.	Faruk Kaplan
Ballett+Gymnastik	4 - 10 Jahre	Mo	17.00 - 18.00	TH-WMTV	Sylvia Runkel
Kindertanz	4 - 6 Jahre	Di	15.00 - 16.00	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
	4 - 6 Jahre	Do	15.30 - 16.30	GH-WMTV	Kinga Dobija
	6 - 8 Jahre	Do	16.30 - 17.30	GH-WMTV	Kinga Dobija
Generation POUND	6 - 12 Jahre	Die	16.00 - 17.00	TH Gottlieb-Heinrich	Nadine Emgen
Hip Hop Dance Mix	14 - 17 Jahre	Di	16.00 - 17.00	GH-WMTV	Natalie Müller / Marina Dirks
Lets Dance	8 - 12 Jahre	Di	17.00 - 18.00	GH-WMTV	Natalie Müller / Marina Dirks
Lets Dance Fortgeschr.	10 - 14 Jahre	Do	17.30 - 18.45	GH-WMTV	Natalie Müller / Marina Dirks
Dance Mix/Cheer Dance	ab 16 Jahren	Do	18.45 - 20.15	GH-WMTV	Natalie Müller / Marina Dirks

## Leichtathletik

Abt.-Leiter: Carina Krapp  
 Vertreter: D. Baumeister  
 Mail: leichtathletik@wmtv.de  
 Mail: leichtathletik@wmtv.de  
 Tel: 0212 - 31 85 97  
 Tel: 0212 - 31 85 97

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Kinder	4 - 6 Jahre	Do	15.30 - 16.30	Stadion/TH-WMTV	Team Leichtathletik
	7 - 9 Jahre	Do	16.00 - 17.00	Stadion/TH Gottlieb-	S. Wegmann und Team
	7 - 9 Jahre	Do	16.30 - 17.30	Stadion/TH-WMTV	Team Leichtathletik
	10 - 16 Jahre	Do	17.30 - 19.00	Stadion/TH-WMTV	Team Leichtathletik

### Team Leichtathletik:

Gaby Himmel, Sabine Wegmann, Fabian Brabender,  
 Lynn Müller, Melina Schwenke und Angelina Speckmann



## **Freizeitsport**

Abt.-Leiter: Jutta Dein Tel: 0172 - 24 35 788  
 Vertreter: Jessica Breidenbach Mail: info@wmtv.de

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Prellball Erwachsene		Fr	19.30 - 22.00	TH-Altenhof	Günter Daub
Boule (Petanque)		Mo	16.00 - 18.00	Boule-Platz, Zwerpstr.	Andreas Sieger
Boule (Petanque)		Do	16.00 - 18.00	Boule-Platz, Zwerpstr.	Andreas Sieger
Lauftreff	April - Sept. Okt. - März	Mi	18.00 - 19.00	Parkpl.Breidenmühle - Birgit Topfstedt	
		Mi	18.00 - 19.00	Bot.Garten,Parkplatz Trasse - Birgit Topfstedt	
Walking Anfänger	April - Sept. Okt. - März	Mi	18.00 - 19.00	Parkpl.Breidenmühle - Klaus Topfstedt	
		Mi	18.00 - 19.00	Bot.Garten,Parkplatz Trasse - Klaus Topfstedt	
Walking Fortgeschr.	April - Sept. Okt. - März	Mi	18.00 - 19.00	Parkplatz Breidenmühle - Bernd Gewinner	
		Mi	18.00 - 19.00	Walder Stadion - Bernd Gewinner	
Showtansen 20-30 Jahren		Mo	20.00 - 21.30	TH-Dellerstrasse	Miriam Adams
Showtansen 20-30 Jahren		Sa	11.00 - 12.30	GH-WMTV	Miriam Adams

## **Nordic-Walking**

Leitung: Susanne Möthe-Gundlack, Tel: 0212 - 31 77 88

Team: Birgit Adams, S.Straub, Rudi Fritz

Nordic-Walking-Treff	Mo	09.30 - 11.00	Ittertal,Parkpl.Breidenmühle
Nordic-Walking-Treff	Do	18.30 - 20.00	Startplatz unter Tel. 317788
Nordic-Walking-Treff	Sa	09.00 - 10.30	Ittertal,Parkpl.Breidenmühle

## **Volleyball**

Mädchen - Anfänger	ab 11 Jahre	Mo	17.00 - 18.00	TH-Fürkerfeld	Sinem Ulas, Ronja Schwermer
Mädchen	ab 11 Jahre	Di	17.30 - 18.30	TH-MTV	Stephi Volkmann
Mädchen	ab 11 Jahre	Mi	18.00 - 20.00	TH-Bausmühlen	Stephi Volkmann
Jungen	U 14 / U 16	Mo	16.15 - 18.00	SH Vogelsang 1	Helmut Weißenbach
Jungen	U 14 / U 16	Mi	16.30 - 18.00	SH Vogelsang 1	Helmut Weißenbach
Damen Freizeit		Di	18.30 - 20.15	TH-MTV	Dietmar Blitz
Damen (Bezirksliga)		Mi	20.00 - 22.00	TH-Rosenkampf	Wolfhard Weber, Mark Keßeler
Hobby- Mixed (Ligabetr.)		Mo	18.00 - 20.00	TH-Sedanstr.	Bojan Slavic
Techniktraining für Alle		Fr	20.00 - 22.00	TH-MTV	Man-Him Chung
Beachvolleyball	Sommer	Fr	ab 18.00	Anlage MTV	Katrin Dültgen

## **Radsport**

Radlergruppe | Allgemeine Organisation | Bernd Gewinner  
**detaillierte Ausschreibung der jeweiligen Tour 14 Tage vor Termin auf dem schwarzen Brett und in dem Schaukasten des WMTV sowie auf der HP**



## Fitness- und Gesundheits-Sport (Fortsetzung)

Abt.-Leiter: Jessica Breidenbach Mail: info@wmvt.de  
 Vertreter: Michaela Esser Tel: 0173 - 21 08 441

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Übungsleiter
Aroha	Mi*	16.00 - 17.00	GH-WMTV	Heike Helfen
Body-Styling	Di*	18.00 - 19.00	GH-Dellerstrasse	Petra Siller
Body-Styling	Di*	19.00 - 20.00	GH-Dellerstrasse	Petra Siller
BOP (Bauch,Beine,Po)	Di*	18.00 - 19.00	GH-WMTV	Regina Mielchen
Haltungsschulung jedes Alter	Mo	18.00 - 19.00	TH-WMTV	Inge Thomé
Dance and More ab 20 Jahre	Fr	18.30 - 19.30	GH-WMTV	Regina Mielchen
Schongymnastik für Altere	Di	11.00 - 12.00	GH-WMTV	Azza El Afany
Fit in den Alltag	Mi*	18.30 - 19.30	GH-WMTV	Sabine Lukosch
Fitness für Junggebliebene	Mi*	09.00 - 10.00	TH-WMTV	Rainer Müller
Alltagstrainingsprogramm	Mi*	10.00 - 11.00	TH-WMTV	Rainer Müller
Fitness-Mix	Mo*	20.00 - 21.00	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Fitness-Mix	Di*	09.00 - 10.00	TH-WMTV	Gabi Büdenbender
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Fr	14.15 - 15.15	TH-WMTV	Ulrike Buttmann
Kond.Training 60+	Mo*	18.00 - 19.30	TH Lebenshilfe	Lothar Himmel
Jumping Fitness	Mo*	12.00 - 13.00	TH-WMTV	Melanie Tillert
Jumping Fitness	Fr*	19.30 - 20.30	GH-WMTV	Melanie Tillert
Jumping Fitness	Fr*	20.30 - 21.30	GH-WMTV	Melanie Tillert
Pound Rockout Workout	Mo*	20.00 - 21.00	TH Rosenkamp	Melanie Tillert
Pound Rockout Workout	Mi*	20.30 - 21.30	TH Gottlieb-Heinrich	Melanie Tillert
Pound Rockout Workout	Fr*	19.00 - 20.00	TH WMTV	A. Peter / N. Emgen
Shadow-Boxen	Mo*	21.00 - 22.00	TH Rosenkamp	Melanie Tillert
Rock the Billy	Mi*	19.30 - 20.30	TH Gottlieb-Heinrich	Melanie Tillert
Zumba - Step & Toning	Mi*	19.30 - 21.00	GH-WMTV	Michaela Esser
Zumba	Do*	19.30 - 20.30	TH-WMTV	Michaela Esser
Zumba - Step & Toning	Fr*	16.30 - 17.30	GH-WMTV	Michaela Esser
Fitness-pur für Jedermann	Di	20.00 - 22.00	TH-Sedanstr.	Conny Jentzsch
Fitness-pur für Jedermann	Fr	20.00 - 21.00	TH-WMTV	Rainer Müller
Gesund und Fit - für Sie & Ihn	Mi	18.30 - 20.00	TH-Fürkerfeld	Serpil Himmel
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Mo	19.00 - 20.00	TH-WMTV	Inge Thomé
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Mi	19.45 - 20.45	TH-WMTV	Gabi Büdenbender
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Do	18.30 - 20.00	TH-Fürkerfeld	Rita Braun
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Mi	09.00 - 10.00	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Mi	10.00 - 11.00	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Fit und Aktiv ab 50 Plus	Do	17.00 - 18.00	TH-Rosenkamp	Andrea Kratz
Seniorentanz	Mi	14.00 - 15.00	GH-WMTV	Gudrun Bender
Seniorentanz	Fr	10.00 - 11.00	GH-WMTV	Gudrun Bender
Showtanzen 20-30 Jahren	Mo	20.00 - 21.30	TH Dellerstrasse	Miriam Adams
Showtanzen 20-30 Jahren	Sa	11.00 - 12.30	GH-WMTV	Miriam Adams

Die mit \* gekennzeichneten Angebote werden zum Teil mit zusätzlichen Gebühren angeboten.

Teilweise Teilnehmerbegrenzung!





## Beitragssordnung

Gültig ab dem 01.01.2018

WMTV Solingen 1861  
Wald-Merscheider Turnverein e.V.  
Adolf-Clarenbach-Straße 41  
42719 Solingen

	Erwachsene	Ehepaar	Schüler ab 18 J. Studenten	1. Kind	2. Kind	Weitere Kind	passiv
<b>Vereinsbeitrag</b> in Euro € je Monat	12,00	21,50	10,00	8,50	7,00	frei	5,00
<b>Abteilungsbeiträge</b>	(zusätzlich zum Vereinsbeitrag)						
<b>Badminton</b>	4,00	8,00	2,00	2,00	2,00	2,00	-
<b>Fitness - Studio</b>	Je nach Zahlweise 14,-, 17,-, 20,- € / Monat						
<b>Handball</b>	6,00	12,00	4,00	4,00	2,00	frei	-
<b>Hockey</b>	11,50	19,00	10,00	10,00	7,00	frei	-
<b>Koronarsport</b> (ohne Verordnung)	12,00	24,00	12,00	-	-	-	-
<b>Reha - Sport</b> (ohne Verordnung)	5,00	10,00	5,00	Pro Sportangebot			
<b>Kung Fu</b>	10,00	20,00	10,00	8,00	5,00	frei	-
<b>Taekwondo/Selbstverteidigung</b>	5,00	10,00	5,00	4,00	2,50	frei	-
<b>Rugby</b>	2,50	5,00	2,50	frei	frei	frei	-
<b>Tennis pro Jahr</b>	125,-	200,-	10,00	10,00	10,00	frei	5,00
Tennis Familienbeitrag (Ehepaar mit Kindern) 570,- € / Jahr							

**Aufnahmegebühr** einmalig 5,- € für Fitness - Studio zusätzlich 10,- €

**Rechnungsgebühr** 5,- € je Rechnungsstellung

**Mahngebühr** Zahlungserinnerung frei, 1. Mahnung 3,- €, 2. Mahnung 5,- €



## Beitragsordnung

Gültig ab dem 01.01.2018

WMTV Solingen 1861  
Wald-Merscheider Turnverein e.V.  
Adolf-Clarenbach-Straße 41  
42719 Solingen

1. Der Beitrag ist eine Bringschuld und im Voraus fällig.
2. Beiträge werden mit dem SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen. Es kann zwischen vierteljährlicher, halbjährlicher und jährlicher Zahlung gewählt werden. Auf Wunsch ist eine Rechnungsstellung für halbjährliche und jährliche Zahlungsweise möglich, dafür wird eine Bearbeitungsgebühr von 5,- € erhoben. Je nach Zahlungswunsch ist der Beitrag am 1. Januar, 1. April, 1. Juli oder 1. Oktober im Voraus fällig.
3. Jede Abteilung kann zusätzlich zu dem Vereinsbeitrag einen Abteilungsbeitrag erheben.
4. In der Fitness- und Gesundheitsabteilung richtet sich der zusätzliche Abteilungsbeitrag nach der Anzahl der Sporteinheiten in einem Trimester und kann aus der geltende Abteilungsbroschüre entnommen werden. Diese Gebühren müssen vom Mitglied im Voraus überwiesen werden.
5. Der Schüler-/ Studententarif ist immer nur mit einer aktuellen Schul-/ Studienbescheinigung möglich. Diese muss unaufgefordert vor der nächsten Rechnungsstellung vorgelegt werden.
6. Der Austritt ist nur zum Quartalsende, unter Berücksichtigung der Zahlungsweise, mit einer Kündigungsfrist von 4 Wochen möglich.
  - 7a. Studiomitglieder können je nach vereinbarter Zahlungsweise viertel-, halb-, oder jährlich mit einer Frist von 4 Wochen kündigen. Die vereinbarte Zahlungsweise gilt gleichzeitig als Mindestmitgliedschaftsdauer. Erst danach kann zum nächsten Kündigungstermin die Mitgliedschaft beendet werden.
  - 7b. Tennismitglieder können nur zum 31.12. eines Jahres mit einer Frist von 4 Wochen kündigen.
8. Die Auszahlung von bereits gezahlten Mitgliedsbeiträgen ist unabhängig der Kündigungsmodalitäten ausgeschlossen. Der Kündigungstermin entspricht der Zahlungsweise.

### Zahlungsweise Studio und Kündigungszeitpunkte zzgl. einer Frist von 4 Wochen

Monatlich	20,- €	(20,- €/ Monat)	31.3. / 30.6. / 30.9. / 31.12
Vierteljährlich	60,- €	(20,- €/ Monat)	31.3. / 30.6. / 30.9. / 31.12
Halbjährlich	102,- €	(17,- €/ Monat)	30.6. / 31.12.
Jährlich	168,- €	(14,- €/ Monat)	31.12.

zzgl. einer einmalige Aufnahmegebühr 10,- €

## Fitness- und Gesundheits-Sport (Fortsetzung)

Abt.-Leiter: Jessica Breidenbach Mail: info@wmvtv.de  
 Vertreter: Michaela Esser Tel: 0173 - 21 08 441

<b>Gruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Yoga	Mi*	17.00 - 18.30	GH-WMTV	Sabine Lukosch
Yoga	Do*	17.30 - 19.00	TH-Liebigstr.	Sabine Lukosch
Yoga	Do*	19.00 - 20.00	TH-Liebigstr.	Sabine Lukosch
Yoga	Fr*	11.00 - 12.00	GH-WMTV	Karin Nöcker
Yoga	Fr*	12.00 - 13.00	GH-WMTV	Karin Nöcker
Pilates	Mo*	11.00 - 12.00	GH-WMTV	Ulla Harnisch
Pilates	Fr*	15.30 - 16.30	GH-WMTV	Heike Helfen
Entspannung zur Entschleunigung	Mi*	10.00 - 11.00	MF-Raum Studio	Ulrike Buttmann
Wirbelsäulen-Gymn.	Mo*	15.00 - 16.00	GH-WMTV	Ulla Micka-Schmitz
Wirbelsäulen-Gymn.	Mo*	16.00 - 17.00	GH-WMTV	Ulla Micka-Schmitz
Wirbelsäulen-Gymn.	Mo*	17.00 - 18.00	GH-WMTV	Sabine Wegmann
Wirbelsäulen-Gymn.	Mo*	18.00 - 19.00	GH-WMTV	Sabine Wegmann
Wirbelsäulen-Gymn.	Mi*	15.00 - 16.00	GH-WMTV	Karin Nöcker
Beckenboden-Gymn.	Fr*	09.00 - 10.00	GH-WMTV	Karin Nöcker
Rücken-Spezial	Mi*	11.00 - 12.00	GH-WMTV	Gabi Büdenbender
Rücken-Spezial	Mi*	17.00 - 18.00	TH-Gottlieb-Heinrich	Ulla Micka-Schmitz
Rückenfit / Qigong	Mo*	19.00 - 20.00	GH-WMTV	A.+S. Lukosch
Rückenfit / Qigong	Di*	13.00 - 14.00	GH-WMTV	Andreas Lukosch
Rückenfit / Tai-Chi	Do*	08.00 - 09.00	TH-WMTV	Andreas Lukosch

## Rehasport

Abt.-Leiter: Andreas Lukosch Tel. 01577 - 215 23 00  
 Vertreter: Jessica Breidenbach Mail: info@wmvtv.de

<b>Gruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Reha-Gymn. Orthopädie	Mo*	10.00 - 11.00	TH-WMTV	Micha Idelberger
Reha-Gymn. Orthopädie	Mo*	11.00 - 12.00	TH-WMTV	Micha Idelberger
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	10.00 - 11.00	GH-WMTV	Azza El-Afany
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	11.00 - 12.00	GH-Gebhardstr.	Ulla Harnisch
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	12.00 - 13.00	GH-WMTV	Azza El-Afany
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	18.00 - 19.00	TH Gottlieb-Heinrich	Stefan Schumacher
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	19.00 - 20.00	TH Gottlieb-Heinrich	Stefan Schumacher
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	19.00 - 20.00	GH-WMTV	Michaela Esser
Reha-Gymn. Orthopädie	Di*	20.00 - 21.00	GH-WMTV	Michaela Esser
Reha-Gymn. Orthopädie	Mi*	15.00 - 15.45	TH WMTV	Daniela Bönig
Reha-Gymn. Orthopädie	Do*	13.30 - 14.30	GH-WMTV	Azza El-Afany
Reha-Gymn. Orthopädie	Do*	19.00 - 20.00	TH-Rosenkamp	Daniela Bönig
Reha-Gymn. Orthopädie	Fr*	10.00 - 11.00	TH-WMTV	Heike Helfen
Reha-Gymn. Orthopädie	Fr*	11.00 - 12.00	TH-WMTV	Heike Helfen
Reha-Gymn. Orthopädie	Fr*	12.00 - 13.00	TH-WMTV	Heike Helfen
Reha-Gymn. Orthopädie	Fr*	13.30 - 14.30	GH-WMTV	Heike Helfen
Reha-Gymn. Orthop. Soft	Fr*	14.30 - 15.30	GH-WMTV	Heike Helfen
Reha-Gymn. Orthopädie	Fr*	18.00 - 19.00	TH-Gottlieb-Heinrich	Stefan Schumacher
Reha-Gymn. Orthopädie	Sa*	09.00 - 10.00	GH-WMTV	Reha-Team
Reha-Gymn. Orthopädie	Sa*	10.00 - 11.00	GH-WMTV	Reha-Team

Die mit \* gekennzeichneten Angebote werden zum Teil mit zusätzlichen Gebühren angeboten.

Teilweise Teilnehmerbegrenzung!



## **Rehasport (Fortsetzung)**

Abt.-Leiter: Andreas Lukosch Tel. 01577 - 215 23 00  
 Vertreter: Jessica Breidenbach Mail: info@wmtv.de

<b>Gruppe</b>	<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Reha-Fit für Männer	Do*	09.00 - 10.00	TH-WMTV	Andreas Lukosch
Reha-Fit für Männer	Fr*	09.00 - 10.00	TH-WMTV	Rainer Müller
Herzsport/Koronarsport	Mi*	17.30 - 18.30	TH-WMTV	Gisela Schell,Dieter Jüngel
Herzsport/Koronarsport	Mi*	18.30 - 19.30	TH-WMTV	Gisela Schell,Dieter Jüngel
Herzsport/Koronarsport	Sa*	09.30 - 10.45	TH-WMTV	Ulla Micka-Schmitz,Dieter Jüngel
Herzsport/Koronarsport	Sa*	10.45 - 12.00	TH-WMTV	Ulla Micka-Schmitz,Dieter Jüngel
MS- und SBE-Gruppe	Di*	16.00 - 17.15	TH-Rosenkamp	Andreas, Bärbel, Andrea
MS- und SBE-Gruppe	Do*	10.00 - 11.15	TH-WMTV	Andreas, Susanne
MS- und SBE-Gruppe	Do*	11.30 - 12.45	TH-WMTV	Andreas, Susanne
Sport bei Parkinson	Di*	16.00 - 17.15	TH-Rosenkamp	Andreas, Bärbel, Andrea
Sport bei Parkinson	Do*	10.00 - 11.15	TH-WMTV	Andreas, Susanne
Sport bei Parkinson	Do*	11.30 - 12.45	TH-WMTV	Andreas, Susanne
Sport nach Schlaganfall	Di*	16.00 - 17.15	TH-Rosenkamp	Andreas, Bärbel, Andrea
Sport nach Schlaganfall	Do*	10.00 - 11.15	TH-WMTV	Andreas, Susanne
Sport nach Schlaganfall	Do*	11.30 - 12.45	TH-WMTV	Andreas, Susanne
Reha-Lungensport	Mi*	12.00 - 13.30	TH-WMTV	Ulla Micka-Schmitz
Reha-Lungensport	Do*	13.00 - 14.00	TH-WMTV	Dieter Jüngel
Reha-Sport Hörstörung/Gleichgewicht	Di*	14.00 - 14.45	GH-WMTV	Andreas Lukosch
Reha-Sport bei Demenz	Mo	14.30 - 15.30	Gerhard-Berting-Haus	Andrea Kratz
Reha-Sport bei Demenz	Mi*	10.45 - 11.45	Eugen Maurer Heim	Stefan Schumacher
Reha-Sport bei Demenz	Do	14.00 - 14.45	Gerhard-Berting-Haus	Andreas Lukosch
Reha-Sport bei Demenz	Fr*	10.00 - 11.00	St. Josef Schützenstr.	Susanne Liebehenze
Reha-Sport bei Demenz	Fr*	13.30 - 14.15	St. Lukas Tagespflege	Daniela Bönig
Reha-Sport bei Demenz	Fr*	14.45 - 15.30	Altenheim St. Joseph	Daniela Bönig
Reha-Sport bei geist. Behinderung	Do*	17.00 - 18.00	Beh.Heimstätte	Stefan Schumacher
Reha-Sport bei geist. Behinderung	Fr*	16.30 - 18.00	TH-Gottlieb-Heinrich	Stefan Schumacher
Reha-Sport bei geist. Behinderung	Mo	13.30 - 14.15	TH Lebenshilfe	Stefan Schumacher
Reha-Sport bei geist. Behinderung	Mo	14.30 - 15.15	TH-Lebenshilfe	Andreas Lukosch

Die mit \* gekennzeichneten Angebote werden zum Teil mit zusätzlichen Gebühren angeboten.

Teilweise Teilnehmerbegrenzung!

## **Tennis (zusätzlich Abteilungsbeitrag)**

Abt.-Leiter: Friedrich Rütting Tel. 0152-53 88 18 89  
 Vertreter: Wolfgang Breda Tel. 0151-12 76 35 11

**Entsprechend der Platzordnung von 08.00 - 22.00 Uhr auf den Tennisplätzen des WMTV  
 Jugendtraining bitte anfragen bei der Abteilungsleitung**



**Fitness- und Gesundheits-Studio (zusätzlich Abteilungsbeitrag)**

Abt.-Leiter: Alicia Strauch 0212-2311475  
 Vertreter: Andreas Lukosch Tel. 01577 - 215 23 00

**Telefon Fitness-Studio: 0212 - 231 14 75****Öffnungszeiten:**

montags bis freitags	08.00 - 21.00 Uhr
samstags	09.00 - 17.00 Uhr
sonntags	09.00 - 15.00 Uhr
feiertags	geschlossen

**Hockey (zusätzlich Abteilungsbeitrag)**

Abt.-Leiter: Elke Bojarski Mail: bojarski@wmtv.de  
 Vertreter: N. N.

Gruppe		Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Übungsleiter
Minis	Jhr. 2012 + jünger	Di	16.30 - 18.00	Halle Guntherstr.	Line, Theresa
Minis	Jhr. 2012 + jünger	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
w/m Jgd D	Jhr. 2012/2011	Di	16.30 - 18.00	Halle Guntherstr.	Line, Theresa
w/m Jgd D	Jhr. 2012/2011	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Knaben C	Jhr. 2010/2011	Mo	16.30 - 18.00	Halle Querstrasse	Ben, Max, Inga, Emil
Knaben C	Jhr. 2010/2011	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Mädchen C	Jhr. 2010/2011	Mo	16.30 - 18.00	Halle Querstrasse	Ben, Max, Inga, Emil
Mädchen C	Jhr. 2010/2011	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Knaben B	Jhr. 2009/2008	Mo	16.30 - 18.00	Halle Querstrasse	Ben, Max, Inga, Emil
Knaben B	Jhr. 2009/2008	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Mädchen B	Jhr. 2009/2008	Do	18.00 - 19.15	Halle Querstrasse	Ben, Max, Inga, Emil
Mädchen B	Jhr. 2009/2008	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Knaben A	Jhr. 2007/2006	Do	19.15 - 20.30	Halle Querstrasse	Vasko, Andreas
Knaben A	Jhr. 2007/2006	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Mädchen A	Jhr. 2007/2006	Do	18.00 - 19.15	Halle Querstrasse	Vasko, Andreas
Mädchen A	Jhr. 2007/2006	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
weibl.Jgd B + Altere	Jhr. 2005/2004	Do	20.30 - 21.45	Halle Querstrasse	Johannes Hecken
weibl.Jgd B + Altere	Jhr. 2005/2004	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
männl.Jgd B + Altere	Jhr. 2005/2004	Do	19.15 - 20.30	Halle Querstrasse	Vasko, Andreas
männl.Jgd B + Altere	Jhr. 2005/2004	Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Mix Truppe		Fr	15.30 - 17.00	Kunstr.Clarenbach	Line, Inga, Max, Theresa
Eltern, Kids, Interessierte					

**Trainerteam Hockey:**

Fabienne Weber, Theresa Marx, Max Zigman, Ben-Eric Albrecht, Johannes Hecken,  
 Andreas Lukosch, Vasko Heinemann, Inga Becker, Emil Horsthemke, Line Bojarski

**Hallen-Trainingszeiten gelten ab 01.10. bis 31.03.****Feldtrainingszeiten gelten ab 01.04. bis 30.09**

## Kampfsport (zusätzlich Abteilungsbeitrag)

Abt.-Leiter: Kim Bick Tel. 0212 - 31 49 68  
 Vertreter: Marco Bick Tel. 0212 - 31 49 68

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Kung Fu	ab 6 Jahre	Mi	17.00 - 18.00	GH-Dellerstrasse	A.Lukosch und Team
	ab 14 Jahre	Mi	18.00 - 19.00	GH-Dellerstrasse	A.Lukosch, Richard Diermann
	ab 14 Jahre	Fr	18.30 - 20.00	GH-Dellerstrasse	A.Gondorf, R.Diermann, H.Grab
Selbstverteidigung	6 - 10 Jahre	Mi	16.45 - 18.00	TH-Rosenkamp	Kim, Ann-Catrin und Jannis
	11-14 Jahre	Do	18.00 - 19.30	TH-Sedanstr.	Kim Bick
	ab 15 Jahre	Do	18.00 - 19.30	TH-Sedanstr.	Kim Bick

## Badminton (zusätzlich Abteilungsbeitrag)

Abt.-Leiter: Waltfried Michel Tel. 0212 - 230 86 84  
 Vertreter: Tobias Zigman Tel. 0212 - 383 72 11

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Schüler	6-12 Jahre	Mo	16.30 - 18.00	TH-Rosenkamp	Pia Reinkens
Hobby Senioren		Mo	17.45 - 21.45	TH-Humboldt	Michael Croll
Mini-Mannsch.	6-12 Jahre	Di	16.30 - 18.00	TH-Wiedenhoferstr.	Pia Reinkens
Schüler / Jugend	ab 12 Jahre	Di	17.45 - 19.45	TH-Humboldt	Kim Düdden
Senioren-Mannschaften		Di	19.00 - 22.00	TH-WMTV	Frank-Achim Hofmann
Schüler / Jugend	ab 12 Jahre	Do	17.45 - 19.45	TH-Humboldt	Kim Düdden
Senioren-Mannschaften		Do	19.45 - 21.45	TH-Humboldt	Christian Sonnenberg
Senioren-Mannschaften/Hobby		Do	20.30 - 22.00	TH-WMTV	Martin Dunkel
Hobby und Familientraining		Sa	12.00 - 13.30	TH-WMTV	P. Bartoscheck
Kinder/Jugend		Sa	13.30 - 15.00	TH-WMTV	P. Bartoscheck

## Rugby (zusätzlich Abteilungsbeitrag für Erwachsene)

Abt.-Leiter: Alexander Justa  
 Vertreter: Jeremy Lamoise

## Winterzeiten: Oktober bis März

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Erwachsene+Jgd. 16+		Di	19.00 - 21.00	Kunstrasenplatz WMTV	Jeremy Lamoise, Leon Merter
Erwachsene+Jgd. 16+		Do	19.00 - 21.00	TH Halfeshof	Jeremy Lamoise, Leon Merter
Schüler U8		Do	17.00 - 18.00	TH Scheidterstrasse	Peter Mc Menemy/Mike Li Ve
Schüler U10		Di	18.00 - 19.00	Kunstrasenplatz WMTV	Peter Mc Menemy/Mike Li Ve
Schüler U10		Do	17.00 - 18.00	TH Scheidterstrasse	Peter Mc Menemy/Mike Li Ve
Schüler U12		Di	18.00 - 19.00	Kunstrasenplatz WMTV	Gareth Curtis/Jeremy Lamoise
Schüler U12		Do	17.00 - 18.00	TH Yorkstrasse	Gareth Curtis/Jeremy Lamoise
Schüler U14		Di	18.00 - 19.00	Kunstrasenplatz WMTV	Gareth Curtis/Jeremy Lamoise
Schüler U14		Do	17.00 - 18.00	TH Yorkstrasse	Gareth Curtis/Jeremy Lamoise
Schüler U16		Di	18.00 - 19.00	Kunstrasenplatz WMTV	Gareth Curtis

## Sommerzeiten: April bis September

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
Erwachsene+Jgd. 16+		Di	19.00 - 21.00	Kunstrasenplatz WMTV	Jeremy Lamoise, Leon Merter
Erwachsene+Jgd. 16+		Do	19.00 - 21.00	Halfeshof Rasen	Jeremy Lamoise, Leon Merter
Schüler U8		Do	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Susanne Schad-Curtis
Schüler U10		Di	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U10		Do	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U12		Di	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U12		Do	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U14		Di	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U14		Do	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U16		Di	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise
Schüler U16		Do	17.30 - 18.45	Stadion Jahnkampfbahn	Jeremy Lamoise



## **Handball** (zusätzlich Abteilungsbeitrag)

Abt.-Leiter: Sascha Kuhlmann Schneekoppenweg 2, 42655 Solingen, Tel. 0172 - 260 04 47  
 Vertreter: Joachim Kuske Heisterbusch 7, 42719 Solingen, Tel. 0152 - 52 76 87 87

<b>Gruppe</b>		<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
HA Krabbelgruppe	2 - 4 Jahre	Sa	10.00 - 12.00	TH-Vogelsang	Sascha Kuhlmann, Johannes Kratz
HA Kindergarten	4 - 6 Jahre	Do	16.00 - 17.00	TH-Sternstr.	Conny Adolphs
	4 - 6 Jahre	Do	17.00 - 18.00	TH-Sternstr.	Conny Adolphs
F-Jugend	Jahrg. 2015	Di	16.00 - 17.30	TH-Sedanstr.	Conny Adolphs, Kristina Metzger
F-Jugend	Jahrg. 2014	Di	17.30 - 19.00	TH-Sedanstr.	Conny Adolphs, Kristina Metzger
F-Jugend	Jahrg. 2013	Mo	16.30 - 18.00	TH-Yorckstr.	Conny Adolphs
F-Jugend	weibl.-F-Jugend	Fr.	17.00 - 18.00	TH-Sedanstr.	Conny Adolphs, Natalie Schwab
weibl.E-Jgd	Jahrg. 2011/2012	Mi	17.00 - 18.30	SH-Vogelsang	Selina Pupinovic, Nina Scheidtmann
		Do	18.00 - 20.00	TH-Vogelsang	Selina Pupinovic, Nina Scheidtmann
männl.E2-jgd	Jahrg. 2011/2012	Di	18.00 - 20.00	TH-Gunterstrasse	Brigitte Wolfers
		Mi	18.00 - 20.00	TH-Vogelsang	Brigitte Wolfers
männl.E1-Jgd	Jahrg. 2011/2012	Mi	17.00 - 18.30	SH-Vogelsang	R. Schwarz, A. Löhr, L. Rothemann
		Do	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	R. Schwarz, A. Löhr, L. Rothemann
männl.D-Jgd	Jahrg. 2009/2010	Mi	18.30 - 20.00	SH-Vogelsang	Daniel Kaiser, Christian Fischer
		Do	18.00 - 20.00	TH-Altenhoferstr.	Daniel Kaiser, Christian Fischer
weibl. D-Jgd.	Jahrg. 2009/2010	Mo	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Sven Lemmer, Lea Matheis
		Fr	18.00 - 20.00	TH-Vogelsang	Sven Lemmer, Lea Matheis
weibl. C-Jgd	Jahrg. 2007/2008	Di	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Adrienne Löhr, Lina Rothemann
		Fr	18.30 - 20.00	SH-Vogelsang	Adrienne Löhr, Lina Rothemann
männl. C-Jgd	Jahrg. 2007/2008	Mo	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	B. Wolfers, Y. Büdenbender
		Mi	18.00 - 20.00	TH-Schwertstr.	B. Wolfers, Y. Büdenbender
weibl.B1-Jgd	Jahrg. 2005/2006	Di	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Daniel Konrad, O. Pohlenz, W. Pohlenz
		Mi	18.00 - 20.00	SH-Querstraße	Daniel Konrad, O. Pohlenz, W. Pohlenz
weibl.B2-Jgd.	Jahrg. 2005/2006	Di	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Daniel Konrad, Steffen Kühl
		Mi	18.00 - 20.00	SH-Querstraße	Daniel Konrad, Steffen Kühl
weibl.B1/B2-Jgd.	alle 2 Wochen	Fr	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Daniel Konrad, O. Pohlenz, W. Pohlenz
weibl. C & B-Jgd.	Zusatztraining	Di	17.00 - 18.00	SH-Vogelsang	Ariane Mathwich & Team
weibl. A-Jgd	Jahrg. 2003/2004	Mi	20.00 - 22.00	SH-Querstraße	Daniel Konrad, Thomas Simon
		Fr	18.00 - 20.00	SH-Vogelsang	Daniel Konrad, Thomas Simon
weibl. A-Jgd	alle 2 Wochen	Fr	20.00 - 22.00	SH-Vorgelsang	Daniel Konrad, Thomas Simon
Landesliga Männer	ab 18 Jahre	Di	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	M. Riemer, C. Fanenbruck, T. Faust
WMTV1	ab 18 Jahre	Do	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	M. Riemer, C. Fanenbruck, T. Faust
Kreisliga Männer	ab 18 Jahre	Mi	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	M. Schmid-May, D. Rath
WMTV2	ab 18 Jahre	Do	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	M. Schmid-May, D. Rath
1 Kreiskl. Männer	ab 18 Jahre	Do	20.00 - 22.00	TH-Altenhoferstr.	Christian Fischer
WMTV3					
Verb.-Liga Frauen	ab 18 Jahre	Di	19.00 - 20.30	SH-Heiligenstock	M. Czechowski, M. Sichelschmidt
WMTV 1		Fr	19.00 - 20.30	SH-Heiligenstock	M. Czechowski, M. Sichelschmidt
Bezirksliga Frauen	ab 18 Jahre	Mi	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	O. Micka, I. Schäfer
WMTV 2		Fr	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	O. Micka, I. Schäfer
Kreisliga Frauen	ab 18 Jahre	Mi	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	B. Gaye, J. Käs
WMTV 3					
Kreisliga Frauen	alle 2 Wochen	Fr	20.00 - 22.00	SH-Vogelsang	B. Gaye, J. Käs
WMTV 3					





Jetzt wechseln und Zuschuss sichern!

**#Kasse gut, Fitness gut**

**Wir zahlen 560 € für deinen**

**Sport- und Gesundheitskurs!**

[bergische-krankenkasse.de/kurse](http://bergische-krankenkasse.de/kurse)

**DFSI RATINGS**  
**LEISTUNG FÜR**  
**FAMILIEN**  
**exzellent**  
FOCUS-MONEY 21/21  
GKV-Studie: Deutschlands größter Kunden-Leistungsvergleich