Trainingszeiten

Kinderturnen

Eltern-Kleinkind-Turnen Kinder 1-3 Jahre
Mittwoch, 15:00-16:00, Turnhalle Schiffsstraße

Eltern-Kind-Turnen Kinder 3-6 Jahre
Dienstag, 15:00-16:00 und 16:00-17:00
Donnerstag, 15:00-16:00 und 16:00-17:00
Turnhalle Schiffsstraße, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Andrea Thiele, Tel: 02241 - 78535

Bewegung, Spiel & Sport Mädchen 6-9 Jahre
Donnerstag, 16:00-17:30, Mehrzweckhalle
Bonner Straße 102, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Stefanie Routschka, Tel: 02241 - 204506

Bleib fit, turn mit Jungen und Mädchen 6-10 Jahre
Montag, 16:30-18:00
Turnhalle Schiffsstraße, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Shazina Risvi, Tel: 01575 - 6087251

Parkour und Freerunning alle von 11-15 Jahre
Dienstag, 17:00-18:30
Turnhalle Schiffsstraße, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiter:
Jonathan Kaciev, Tel: 0176 - 34348829

Trainingszeiten

Erwachsenenturnen

Fitness für Männer jeden Alters

Gymnastik als Aufwärmtraining und Basketball
Dienstag, 20:00-22:00, Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiter:
Herbert Schnettler, Tel: 02242 - 81856

Aktiv und gesund Frauen 50+

Montag, 16:30-17:30, Gymnastikhalle Sportzentrum
Menden, Sankt Augustin-Menden
Übungsleiterin:
Klara Böhm-Honnen, Tel: 02241 - 333493

Dienstag, 9:00-10:00, Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Farhana Risvi, Tel: 02241 - 58116

Mittwoch, 17:30-19:00, Gymnastikhalle Gutenberg-
schule, Pauluskirchstraße 12, Sankt Augustin-Ort
Übungsleiterin:
Lilo Drees, Tel: 02241 - 333274

Allgemeine Fitnessgymnastik Frauen jeden Alters

Donnerstag, 9:00-10:00, Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Farhana Risvi, Tel: 02241 - 58116

Fitness – Mix Frauen jeden Alters

Montag, 19:15-20:45, Gymnastikhalle Grundschule
Gartenstraße 26-30, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Angelika Gerlach, Tel: 0176 - 80249503

Sportangebote des
VfL SANKT AUGUSTIN 1902 e.V.

120 Jahre VfL Sankt Augustin

VfL-Geschäftsstelle: Maria-Anna Courage
Rotdornweg 6, 53757 Sankt Augustin
oder
Postfach 1104, 53729 Sankt Augustin
Tel.: 02241 - 168 19 83
Fax: 02241 - 168 74 98

geschaeftsstelle@vfl-sankt-augustin.de
www.vfl-sankt-augustin.de

Besuchen Sie uns auch auf
Facebook!

Stand 04/2023

Trainingszeiten

Kinder, 8-16 Jahre
Mittwoch, 18:00-19:00

Jugendliche, ab 16 Jahre
Montag, 18:00-20:00
Mehrzweckhalle, Bonner Str. 102
Sankt Augustin-Mülldorf

Dienstag, 20:00-22:00
Rhein-Sieg-Gymnasium, Halle 3

Ansprechpartner:
Mark Krieger, Tel: 01575 - 4221351

Trainingszeiten

Alle ab 16 Jahre
Montag, 18:00-19:30
Donnerstag, 18:30-20:00

Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf

Ansprechpartner:
Thomas Lelleck, Tel: 0176 - 99032008

Trainingszeiten

Montag, 19:30-22:00
Donnerstag, 20:00-22:00

Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf

Ansprechpartner:
Frank Stein, Tel: 02204 - 759821

Trainingszeiten

Kinder, 8-11 Jahre
Mittwoch: 16:30-18:00
Freitag: 17:00-18:30

Ab 12 Jahre und Erwachsene
Dienstag: 18:45-21:00
Freitag: 18:30-21:00

Mehrzweckhalle, Bonner Str. 102
Sankt Augustin-Mülldorf

Ansprechpartner:
Henri Jansen, Tel: 0175 - 2031398

Gesundheitssport

Kursangebote für
VfL-Mitglieder
und Nichtmitglieder!
(kostenpflichtig)

Wirbelsäulengymnastik
Montag, 17:00-18:00 und 18:00-19:00,
Gymnastikhalle Grundschule, Gartenstraße 26-30,
Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Angelika Gerlach, Tel: 0176 - 80249503

Funktionsgymnastik
Donnerstag, 18:00-19:30, Gymnastikhalle Grundschule
Gartenstraße 26-30, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Farhana Risvi, Tel: 02241 - 58116

ATP - Alltags**T**rainings**P**rogramm
Kurs für Frauen und Männer ab 60
Donnerstag, 10:15-12:00, Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf Nur mit Anmeldung!
Übungsleiterin:
Farhana Risvi, Tel: 02241 - 58116

Tennis

Unsere
Tennissaison dauert
je nach Wetterlage
von April bis Oktober

VfL Tennisanlage:
Wellenstraße 31, Sankt Augustin-Mülldorf

Den Anfahrtsplan zu unserer Tennisanlage, sowie
Details zu den Aktionstagen finden Sie auf unserer
Homepage: www.vfl-sankt-augustin.de

Ansprechpartnerinnen:
Sonja Küch, Tel: 02241 - 9054051
Margit Böhler, Tel: 02241 - 8998952

YOGA
für Frauen und Männer

Kursangebote für
VfL-Mitglieder
und Nichtmitglieder!
(kostenpflichtig und nur mit Anmeldung)

Montag, 15:15-16:30
Sporthalle, Grantham Allee 27, Sankt Augustin

Mittwoch, 10:00-11:15
Tanz-Center Gabi Rose, Hauptstr. 44
Sankt Augustin-Niederpleis

Ansprechpartnerin:
Monika Schmitz, **Tel:** 02241 - 343219