



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 6-12 Jahre
Montag, 16:30-18:00
Turnhalle Schiffsstraße, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterinnen:
Anastasia Hecht, Tel: 0155 - 66787512

Bleib fit, turn mit Jungen und Mädchen 6-10 Jahre
Dienstag, 17:00-18:30
Turnhalle Schiffsstraße, Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiter:
Shazaan Risvi, Tel: 01575 - 7173086

Parkour und Freerunning alle von 11-15 Jahre
Dienstag, 18:30-20:00
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

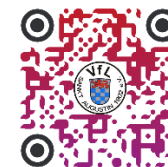
Aktiv und gesund Frauen 50+
Montag, 16:30-17:30, Gymnastikhalle Sportzentrum
Menden, Sankt Augustin-Menden
Übungsleiterin:
Klara Böhm-Honnen, Tel: 02241 - 333493
Dienstag, 9:00-10:00, Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf
Übungsleiterin:
Farhana Risvi, Tel: 02241 - 58116

Mittwoch, 17:30-19:00, Gymnastikhalle Gutenbergschule,
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.



VfL-Geschäftsstelle: Maria-Anna Courage
Rotdornweg 6
53757 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!



Trainingszeiten

Kinder, 8-16 Jahre
Mittwoch, 18:00-19:00
Donnerstag, 18:00-20:00

Jugendliche, ab 16 Jahre
Montag, 18:00-20:00

Mehrzweckhalle, Bonner Str. 102
Sankt Augustin-Mülldorf

Ansprechpartner:
Mark Krieger, Tel: 01575 - 4221351



Sommersaison

Trainingszeiten

Kinder, 8-11 Jahre
Dienstag: 16:45-18:45
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



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

Ansprechpartner:
Frank Seemann, Tel: 0177 - 2935216
Jörg Wittker, Tel: 0176 - 42279090



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



Gesundheitsport

Kursangebote für
VfL-Mitglieder
und Nichtmitglieder!
(kostenpflichtig)

Wirbelsäulengymnastik

Montag, 18:00-19:00,
Gymnastikhalle Grundschule, Gartenstraße 26-30,
Sankt Augustin-Mülldorf

Übungsleiterin:

Angelika Gerlach, Tel: 0176 - 80249503

ATP - AlltagsTrainingsProgramm

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



YOGA

für Frauen und Männer

Kursangebote für
VfL-Mitglieder
und Nichtmitglieder!

Findet derzeit leider nicht statt!



Trainingszeiten

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

Turnhalle Schiffsstraße
Sankt Augustin-Mülldorf

Ansprechpartner:
Frank Stein, Tel: 02204 - 759821