

# Übungsangebot SKG Ober-Ramstadt e.V. (2022-07)

	Angebote	Ansprechpartner	Telefon	Mail	Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Ort
Bewegung & Tanz	Eltern & Kind Turnen	Laura Gerold	0151-12454446	<a href="mailto:ekt@skg-ober-ramstadt.de">ekt@skg-ober-ramstadt.de</a>	Dienstag	16:00-17:30	Kinder 2-4 Jahre	H
	Purzelturnen	Christina Richter	0177-2632295	<a href="mailto:purzeltturnen@skg-ober-ramstadt.de">purzeltturnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Donnerstag	16:00-17:30	Kinder 4-6 Jahre	H
	Ballschule	Sabrina Lofi		<a href="mailto:ballschule@skg-ober-ramstadt.de">ballschule@skg-ober-ramstadt.de</a>	Montag	16:00-17:30	Kinder ab 5 Jahre bis sFH	H
	Rope-Skipping	Ann-Kathrin Laux	0152-02064862	<a href="mailto:RopeSkipping@skg-ober-ramstadt.de">RopeSkipping@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	16:30-17:30	Breitensport	H
						17:30-19:00	Fortgeschrittene	H
	Tanz	Felix Garrido Ariaz		<a href="mailto:Tanz@skg-ober-ramstadt.de">Tanz@skg-ober-ramstadt.de</a>	Dienstag	16:00-17:30	Kinder 4-6 Jahre	E
					Dienstag	17:30-19:00	Kinder und Jugendliche ab 6 Jahre	E
	Frauen-Gymnastik	Dagmar Müller	06154-51683	<a href="mailto:Gym@skg-ober-ramstadt.de">Gym@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	20:00-21:00	Erwachsene	H
	Parkour	Sophie Hagedorn	0172-9557714	<a href="mailto:parkour@skg-ober-ramstadt.de">parkour@skg-ober-ramstadt.de</a>	Montag	17:30-19:00	Kinder ab 9 Jahre Fortgeschrittene	H
					Freitag	17:30-19:00	Kinder ab 6 Jahre	H
				Freitag	19:00-20:30	Kinder ab 10-16 Jahre	H	
				Samstag	10:00-12:30	für alle	H	
	Orientalischer Tanz	Isabell Kopriwa	0171-7184718	<a href="mailto:OrientalischerTanz@skg-ober-ramstadt.de">OrientalischerTanz@skg-ober-ramstadt.de</a>	Donnerstag	19:00-20:30	Erwachsene	V
Fit & Gesund	BodyBrain - Konzentrationstraining	Sabrina Lofi		<a href="mailto:BodyBrain@skg-ober-ramstadt.de">BodyBrain@skg-ober-ramstadt.de</a>	Freitag	15:00-16:00	Kinder 6-10 Jahre	V
					Freitag	16:00-17:00	Kinder ab 10-16 Jahre	V
	Ein gesunder Rücken und mehr	Werner Schellhaas	06154-58585	<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Montag	19:00-20:00	Erwachsene	E
	Jedermann dynamisch und kraftvoll	Werner Schellhaas	06154-58585	<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Montag	20:00-22:00	Erwachsene	E
	Ganzkörpertraining sanft und effektiv	Anneliese Kläres	06078-911606	<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Freitag	09:00-10:00	Erwachsene	V
	Fit für den Alltag	Brigitte Färber		<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Freitag	09:45-10:45	Erwachsene	V
	Ganzkörperkräftigungstraining							
	Fit ins Alter	Antonella Buntkowsky		<a href="mailto:FitInsAlter@skg-ober-ramstadt.de">FitInsAlter@skg-ober-ramstadt.de</a>	Dienstag	15:00-16:00	Senioren	H
	Yoga	Olga Peter	0151-14071264	<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Dienstag	09:30-11:00	Erwachsene	V
					Mittwoch	09:30-11:00	Erwachsene	V
					Dienstag	20:00-21:30	Erwachsene	V
	MoW (Middle of Week)	Sonja Wellnitz	06154-51640	<a href="mailto:MoW@skg-ober-ramstadt.de">MoW@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	20:30-21:30	Erwachsene	V
FridayForSports	Orazio Giordano	0151-42429751	<a href="mailto:turnen@skg-ober-ramstadt.de">turnen@skg-ober-ramstadt.de</a>	Freitag	21:00-22:30	ab 16 aufwärts, junge Erwachsene	H	
Sportabzeichen	Wolfgang John	06154-5772107	<a href="mailto:leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de">leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	18:00-19:30	alle (auch Nicht-Vereinsmitglieder)	S	
Musik & Kultur	Orchester (Handharmonikaspielring)	Jörg Emich	06154-53174	<a href="mailto:hso@skg-ober-ramstadt.de">hso@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	20:00-21:30	alle	V
	Einzelunterricht				nach Vereinbarung		alle	V
	Akkordeon AG	Elena Majer	0160-96556008	<a href="mailto:hso@skg-ober-ramstadt.de">hso@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mittwoch	nachmittags	Grundschüler	H
Wettkampfsport & mehr	Judo	Eric Faßmann	06154-577408	<a href="mailto:judo@skg-ober-ramstadt.de">judo@skg-ober-ramstadt.de</a>	Montag	16:00-17:30	Fortgeschrittene AnfängB	
					Mittwoch	16:00-17:30	Anfänger	B
					Mo/Mi	17:30-19:00	Fortgeschrittene	B
	Leichtathletik	Michael Karn	0170-3375961	<a href="mailto:leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de">leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de</a>	Mo/Fr	16:00-17:00	bis 6 Jahre	S
		Orazio Giordano	0151-42429751	<a href="mailto:leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de">leichtathletik@skg-ober-ramstadt.de</a>		17:00-18:30	bis 10 Jahre	S
						17:00-19:00	ab 10 Jahre	S
					Mittwoch	18:00-19:30	Aufbautraining	S
Schützen Teil 05	Andreas Keil	06257-5060740	<a href="mailto:tell05@skg-ober-ramstadt.de">tell05@skg-ober-ramstadt.de</a>	nach Absprache			V	



V Vereinsheim  
B Ballsporthalle  
E Eiche-Schule  
H Hans-Gustav-Röhr-Schule  
S Sportplatz GCLS

Steinackerstraße 90 64372 Ober-Ramstadt  
Dieselstraße 7 64372 Ober-Ramstadt  
Erfurter Straße 30 64372 Ober-Ramstadt  
Steinrehweg 5 64372 Ober-Ramstadt  
An der Sporthalle 12 64372 Ober-Ramstadt

