

*„Mach mit – bleib fit“*

**Sport steigert die  
Lebensqualität**



*Fit wie ein Turnschuh!*

## Verein für Gesundheitsförderung

### VfG Finnentrop e.V.

Sportverein im Behindertensportverband

[www.vfg-finntrop.de](http://www.vfg-finntrop.de)

#### Vorstand

Petra Ziegert  
Telefon (02721) 50905  
[info@vfg-finntrop.de](mailto:info@vfg-finntrop.de)

Gabi Deitenberg  
Telefon (02721) 79139  
[g-deitenberg@t-online.de](mailto:g-deitenberg@t-online.de)

Bettina Becker  
Telefon (02721) 710249  
[becker.finntrop@t-online.de](mailto:becker.finntrop@t-online.de)

Heike Sasse  
Telefon (02721) 716276  
[sasse.fretter@freenet.de](mailto:sasse.fretter@freenet.de)

#### Medizinische Betreuung:

Dr. med. Nicole Weisweiler  
Bamenohler Str. 232  
57413 Finnentrop  
Telefon (02721) 70095  
[info@hausarzt-finntrop.de](mailto:info@hausarzt-finntrop.de)

## Rehabilitationssport des Vereins für Gesundheitsförderung

in der Gemeinde Finnentrop



# Übungsveranstaltungen

## Mo: Rehasport Orthopädie

Turnhalle Schule Schönholthausen

17.45 – 18.45 Uhr

Dorothea Stell (02721-7173309)

19:00 – 20:00 Uhr

Karin Siegmund (0151-10776829)

Turnhalle Schule Fretter

18:30 – 19:30 Uhr

Gabriele Deitenberg (02721-79139)

## Wassergymnastik

Finto Bad Finentrop

19:00 – 19.45 und 19.45 – 20.30 Uhr

und 20.30 – 21.15 Uhr

Kemal Tosun (0172-7282073)

## Di: Rehasport Orthopädie

Turnhalle Schule Fretter

08:30 – 09:30 Uhr

Karin Siegmund (0151-10776829))

Turnhalle Schule Bamenohl

Männergruppen

17:00 – 18:00 und 18:00 – 19:00 Uhr

Kemal Tosun (0172-7282073)

Turnhalle Schule Schönholthausen

17:00 – 18:00 und 18:00- 19:00 Uhr

Dorothea Stell (02721-7173309)

Dreifachturnhalle Finentrop

18:00 - 19:00 und 19:00 - 20:00 Uhr

Mariele Sieler (0171-2160626)

Turnhalle Schule Fretter

19:00 – 20:00 Uhr

Heike Sasse (02721-716276)

Cordula Wulf (02721-200082)

## Sport in der Krebsnachsorge

Turnhalle Schule Bamenohl

19:00 – 20:00 Uhr

Martina Opitz (0151-11755517)

## Mi: Osteoporosegymnastik

Turnhalle Schule Bamenohl

08:45 – 09:45 Uhr

Rita Hümmeler (02724-348)

## Rehasport Orthopädie

Turnhalle Schule Bamenohl

10:00 – 11:00 Uhr

Rita Hümmeler (02724-348)

Turnhalle Schule Fretter

09:00 – 10:00 und 10:00 – 11:00 Uhr

Gabriele Deitenberg (02721-79139)

Pfarrheim Serkenrode

09:00 – 10:00 Uhr

Karin Siegmund (0151-10776829)

Turnhalle Schule Bamenohl

19:30 – 20:30 Uhr

Heike Sasse (02721-716276)

## Rehasport Neurologie

(Parkinson/ Schlaganfall)

Kleine Turnhalle Finentrop

16.45 – 17.45 Uhr

Karin Siegmund (0151-10776829)

## Do: Rehasport Orthopädie

Turnhalle Schule Schönholthausen

09:00 – 10:00 Uhr

Dorothea Stell (02721-7173309)

Turnhalle Schule Rönkhausen

17:30 – 18:30 und 18:30 bis 19:30 Uhr

Dorothea Stell (02721-7173309)

Turnhalle Schule Bamenohl

18:00 – 19:00 Uhr

Gabriele Deitenberg (02721-79139)

Turnhalle Schule Fretter

18:00 – 19:00 Uhr

Uta Kranauge (0160-90292297)

Dreifachturnhalle Finentrop

20:00 – 21:00 Uhr 2 Gruppen

Cordula Wulf (02721-200082)

Heike Sasse (02721-716276)

## Wassergymnastik

Lehrschwimmbecken Schule Fretter

9:00 – 10.00 und 10:00 – 11:00 Uhr

Gabriele Deitenberg (02721-79139)

18:00 – 19:00 und 19:00 bis 20:00 Uhr

Martina Opitz (0151-11755517)

Katharina Lißek (0151-11667688)

## Koronarsport

Dreifachturnhalle Finentrop

18:30 – 20:00 Uhr

Bettina Hennes (02721-6017669)

Heike Sasse (02721-716276)

## Lungensport

Kleine Turnhalle Finentrop

17:00 – 18:00 Uhr

Karin Siegmund (0151-10776829))

## Fr: Rehasport Innere Medizin

Haus Habbecker Heide

10:00- 10.45 und 11:00 - 11.45 Uhr

Bettina Hennes (02721-6017669)

## Rehasport Orthopädie

Turnhalle Schule Bamenohl

16:00 – 17:00 Uhr

Gabriele Deitenberg (02721-79139)

## Wassergymnastik

Lehrschwimmbecken Schule Fretter

18:00 - 19:00 und 19:00 – 20:00 Uhr

Uta Kranauge (0160-90292297)

Katharina Lißek (0151-11667688)