Sportangebot der DJK Rhede 57 e.V.

Der Familiensportverein in Rhede mit über 900 Mitgliedern

	Sportart	Ansprechpartner	Tel.	Zielgruppe	m / w	Trainingstage	Trainingszeiten	Ort
	Yoga-Flow	Svenja Hams	0160 - 774 17 37	Ganzkörpertraining ab 16 Jahre	m / w	Mo.	18:00 - 19:00	"altes Jugendheim", Gudulastr. aktuell: Pius-Grundschule
	Body Workout & Relaxation	Sabine Tepasse	0 28 72 / 919 99 86 oder 0171 - 444 84 20	ab 30 Jahre	m / w	Di.	18:30 - 19:30	"altes Jugendheim", Gudulastr. aktuell: Sporthalle Realschule
	Full-Body-Workout	Anne Pfeiffer	0 28 72 / 57 99 oder 0160 - 774 17 37	ab 16 Jahre	m / w	Do.	18:30 - 19:45	Overberg-Grundschule
	Body-Fit	Tobias Frericks	0176 - 700 391 83	Ganzkörpertraining; ab 16 Jahre	m / w	Mo.	09:30 - 10:30	"altes Jugendheim", Gudulastr.
	Sie + Er: Fit und Aktiv	Karin Petrowski	0 28 72 / 55 78	ab ca. 40 Jahre	m / w	Do.	18:00 - 19:00	Pfarrheim St. Gudula, Gudulastraße
	Fußball	**s. Seite 2**						
	Jedermannriege	Ansgar Kruse	0151 - 566 153 70	ab ca. 40 Jahre	m / w	Di.	19:30 - 21:00	Sporthalle Realschule
	Judo	Johannes Üffink	0 28 72 / 9 95 41 44	Anfänger; ab 7 Jahren	m / w	Di.	17:00 - 18:30	Sporthalle Ludgerusgrundschule
		Tobias Frericks	0 25 67 / 9 09 63 77	Anfänger-Training; ab 10 Jahre	m / w	Di.	17:30 - 19:00	Sporthalle Ludgerusgrundschule
				Fortgeschrittene; ab 13 Jahre	m / w	Do.	19:00 - 21:00	Sporthalle Ludgerusgrundschule
				spielerisch Judo lernen, 5 bis 7 Jahre	m / w	Sa.	11:00 - 12:15	Sporthalle Ludgerusgrundschule
	Kinderturnen - Tanz, Spiel und Spaß	Tobias Frericks	0176 - 700 391 83	ab 5 Jahre	m / w	Do.	17:15 - 18:15	Piushalle in Krechting
	Walking und Nordic-Walking	Gisela Niggemeier	0 28 72 / 69 80	ab 16 Jahre	m / w	Mo.	18:30 - 19:30	im Sommer: ab Parkplatz Prinzenbusch
						Mi.	19:00 - 20:00	im Winter: ab "Altes Jugendheim"
	Yoga	Bärbel Knuf	0 28 62 / 41 66 40 0171 - 539 71 52	ab 30 Jahre	m / w	Do.	09:00 - 10:30	Pfarrheim St. Gudula, Gudulastraße

Stand: 26.08.2026 / *J. Tidden; Änderungen der Trainingzeiten bleiben vorbehalten!*

1. Vorsitzender der DJK:	Jugendleiter:	DJK-Jugendraum:	Abteilungsleiter Senioren-Fußball	DJK-Beitragswesen:
Burkhard Klötgen	Andre Kräbber	Tel.: 0 28 72 / 57 00	Dennis Bartels	Jochen Lehmbrock
46414 Rhede, Karlstraße 8a			46414 Rhede, Winkelhauser Esch 12	46414 Rhede, Am Bahnhof 6
Tel.: 0 28 72 / 98 12 62	Mobil: 0155 - 681 273 83	DJK -Vereinslokal:	Tel.: 0171 - 173 51 77	Tel.: 0 28 72 / 80 50 48
burkhard.kloetgen@djk-rhede.de	andrekraebber@gmx.de	Tel.: 0 28 72 / 80 55 92	deaty@web.de	jochen.lehmbrock@djk-rhede.de

Da geht die POST ab!	Internet: www.djk-rhede.de	Bankverbindung: DJK Rhede: Volksbank Rhede IBAN DE59 4286 1814 0000 102000

legende: m= männlich w = weiblich

Sportangebot der DJK Rhede 57 e.V.

Der Familiensportverein in Rhede mit über 900 Mitgliedern

Fußball-Mannschaften

Mannschaft	Zielgruppe	m / w	Trainingstage	Trainingszeiten
1. Mannschaft		m	Mo. und Mi.	19:30 - 21:00
			Fr.	18:00 - 19:30
2. Mannschaft		m	Mi.	19:30 - 21:00
			Fr.	18:15 - 19:45
Altherren und Ü40		m	Mo.	19:30 - 21:00
Damen 1		w	Di. und Do.	19:30 - 21:00
			Fr.	18:00 - 19:30
Damen 2		w	Di. und Do.	19:30 - 21:00
A-Jugend	16 - 18 Jahre	m	Mo.	19:30 - 21:00
			Mi.	18:00 - 19:30
B-Jugend	14 - 16 Jahre	m	Mo. und Mi.	19:00 - 20:30
C-Jugend	12 - 14 Jahre	m	Mo. und Mi.	18:00 - 19:30
D-Jugend	10 - 12 Jahre	m	Mo. und Mi.	17:30 - 19:00
E-Jugend (1. Mannschaft)	8 - 10 Jahre	m	Mi. und Fr.	17:00 - 19:00
E-Jugend (2. Mannschaft)			Mo.	17:30 - 19:00
			Mi.	17:00 - 19:00
F-Jugend	6 - 8 Jahre	m / w	Mo. und Mi.	17:15 - 18:45
Bambinis	3 - 6 Jahre	m / w	Fr.	16:45 - 18:15
Mädchen U-17	bis 17 Jahre	w	Di. und Do.	18:00 - 19:30
Mädchen U-14	bis 14 Jahre	w	Di. und Do.	18:00 - 19:30
Mädchen U-11	bis 11 Jahre	w	Di. und Do.	17:00 - 18:30
Mädchen U-9	bis 9 Jahre	w	Di.	17:00 - 18:30

Ansprechpartner	Funktion	Tel.
Dennis Bartels	Abteilungsleiter Senioren-Fußball	0171 - 173 51 77
Andre Kräbber	Jugendleiter	0173 - 865 29 33
Hakan Binboga	Altherren, Ü40	0178 - 178 03 06