

Kurs-Nr	Sport-Spiel-Spaß ohne Eltern			
21	Mi	16:30-17:30	Marshallstr. 3	4-6 Jahre
Kurs-Nr	Eltern- und Kindturnen			
17	Di	09:45-10:45	Onkel-Tom-Str. 58	1-3 Jahre
9	Mi	15:30-16:30	Marshallstr. 3	2-4 Jahre
16	Mi	16:15-17:15	Mühlenstr. 70	Ab 2 Jahren
20	Mi	16:45-17:45	Mühlenstr. 70 findet z.Z. nicht statt	Ab 2 Jahren
25	Fr	10:00-11:00	Mühlenstr. 70	ab 1 1/2 Jahre
Kurs-Nr	Body Shape			
45	Mo	18:00-19:15	Osdorfer Str. 53	Erwachsene
46	Do	18:00-19:15	Kastanienstr.7	Erwachsene
Kurs-Nr	Volleyball			
34	Mo	10:45-12:00	Osdorfer Str. 53	Erwachsene
Kurs-Nr	Pilates			
10	Mi	17:30-18:30	Marshallstr. 3 findet	Erwachsene
Kurs-Nr	Fitness 40 +			
32	Do	11:45-12:45	Onkel-Tom-Halle	Erwachsene
43	Mo	19:00-20:00	Lepsiusstr. 26-28	Erwachsene
Kurs-Nr	Fitness 50 +			
47	Di	11:00-12:00	Onkel-Tom-Str. 58	Erwachsene
Kurs-Nr	Fit-Mix			
27	Mo	10:30-11:30	Sochos-Fechthalle	Erwachsene
42	Mo	18:00-19:00	Marshallstr. 3	Erwachsene
35	Mo	20:00-21:00	Kopernikus OS	Erwachsene
48	Mi	14:30-15:30	Marshallstr. 3	Erwachsene

Kurs-Nr	Gymnastik			
26	Mo	09:45-10:45	Osdorfer Str. 53	Erwachsene
28	Di	09:00-10:00	Mühlenstr. 70	Frauen
29	Di	10:00-11:00	Mühlenstr. 70	Frauen
31	Di	11:00-12:00	Mühlenstr. 70	Frauen
25	Fr	10:00-11:00	Mühlenstr. 40	ab 1 1/2 Jahre
Kurs-Nr	Kondition			
55	Mi	18:30-19:30	Marshallstr. 3	Erwachsene
44	Mi	19:30-20:30	Marshallstr. 3	Erwachsene
Kurs-Nr	Yoga			
7	Mo	17:00-18:00	Florastr. 13	Erwachsene
52	Mi	12:30-14:00	Marshallstr 3 Spiegelsaal	Erwachsene
Termin für 2020 wird in Kürze bekannt gegeben				
Kurs-Nr	Selbstverteidigung für Frauen 10 Einheiten 50,00 €			
2	Do	17:00-18:00	Marshallstr. 3	Frauen

Sie können mit dem erworbenen Block alle Kurse im F+E Programm besuchen (außer Selbstverteidigung)

Sportarzt im Stadion Lichterfelde
Mittwochs 17:00-19:00 Uhr
oder nach Absprache außer in den Ferien
Ostpreußendamm 3-17– rechter Turm, 12207 Berlin
Dr. Tabert: 030 832 27 793 AB

Übungsstätten	
Steglitz:	
Sochos-Fechthalle	Lessingstraße 5-8,
OSZ Wirtschaft Flora	Florastr. 13
Kopernikus OS untere Turnhalle	Lepsiusstr. 26-28
Lankwitz:	
Turnhalle im Gemeindepark	Mühlenstr.70
Lichterfelde:	
Carl-Schumann Halle	Osdorfer Str. 53
GS unter den Kastanien alte Turnhalle	Kastanienstr. 7
Zehlendorf—Dahlem:	
Onkel-Tom-Halle	Onkel-Tom-Str. 58
Turnhallen Marshallstr.	Marshallstr. 3

Kartenverkauf:

Stadion Lichterfelde,
Ostpreußendamm 3-17, 12207 Berlin
Tel.: 771 43 87
Di+Do 10:00-13:00 Uhr,
Mi: 16:00-19:00 Uhr
und nach telef. Vereinbarung

Onkel-Tom-Halle:
Onkel-Tom Str. 58
Die: 09:30-13:00 Uhr Do: 10:30-13:00 Uhr

Sporthalle Marshallstr. 3
Mi: 12:15-18:30 Uhr
14 tägig, in den ungeraden Wochen

Richtlinien :

Diese Richtlinien gelten für das Freizeit- und Erholungsprogramm im Bezirk Steglitz-Zehlendorf. Veranstalter ist der Bezirkssportbund .

Entgelte:

Pro Übungseinheit **3,50 €**

- a) Für die Teilnahme an den einzelnen Kursen ist jeweils die Einzelkarte zur Entwertung dem ÜbungsleiterIn vorzulegen.
- b) Erworbene Karten werden nicht zurückgenommen. Für verlorene Karten wird kein Ersatz geleistet.

Auslastung:

Sollte die Teilnehmerzahl eines Kurses länger als vier Monate unter 10 Personen liegen, wird der Kurs eingestellt.

Wichtige Hinweise:

- ◆ Die Teilnehmerkarten werden grundsätzlich nur in Blöcken à 10 Karten abgegeben. Unter Vorbehalt jeglicher Änderungen gilt dieses Programm bis auf weiteres. Änderungen entnehmen Sie bitte dem aktuellen Aushang in den jeweiligen Sporthallen und im Internet.
- ◆ In den Schulferien finden die Kurse nur in Ausnahmefällen statt.
- ◆ Die Sporthallen und Umkleidekabinen müssen bis spätestens 21.45 Uhr verlassen sein.
- ◆ Die Sporthallen sind nur in Turnschuhen mit heller Sohle zu betreten, die nicht auf der Straße getragen werden.
- ◆ Die Haftung erfolgt im Rahmen der Versicherungsbedingungen des Landessportbundes Berlin e.V. Unfälle auf dem Weg zu und von der Übungsstätte sind nicht versichert.

Immer aktuell unter www.sportarge.de

Stand: 30.07.2019

Weitere Freizeit/Sportangebote werden von nachfolgenden Sportvereinen angeboten

1.Berliner Bogenschützen e.V.	825 77 84
Basketball-Gemeinschaft-Zehlendorf e.V.	845 88 80
FC Viktoria 1889 Berlin Lichterfelde-Tempelhof e. V	75 44 48 980
Handball Club Steglitz 1985 e.V.	791 10 17
BFC Preussen e.V.	775 73 65
Behinderten Sportverein Steglitz e.V.	712 13 68
Behinderten Sportverein Zehlendorf e.V.	845 098 73
Fußball-Vereinigung Wannsee e.V.	805 39 86
Steglitzer Fussball-Club Stern 1900 e.V.	854 66 56
Blau-Weiss Berlin e.V. Club für Amateurtanzsport	814991-67
Radsportverein Lichterfelde-Steglitz e.V.	03379 37 1964
Schwimmgemeinschaft Steglitz Berlin e.V.	817 47 11
SSC Südwest 1947 e.V.	791 23 62
Steglitzer Tischtennis Klub Berlin e.V.(STTK)	77190881
TSG Steglitz 1878 e.V.	791 90 19
Turn und Sportverein Lichterfelde 1887 e.V. Tischtennis, Herr Sebastian Bosse	766 890 62 79 78 15 96
FC Hertha 03 Zehlendorf e.V.	319 81 44-0
Verein für Körperkultur Berlin-Südwest e.V.	713 89 310
Verein für Leibesübungen Zehlendorf e.V.	345 56 52
Turn- und Sportclub Wannsee 1896 e.V.	801 059 31
Zehlendorfer Turn- und Sportverein v.1888 e.V.	813 72 29



Sport im Bezirk Steglitz-Zehlendorf e.V. mit unserem erfolgreichen Freizeit-und Erholungsprogramm.

