

Trainingszeiten

Basketball

Damen

Dienstag 18:30-20 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Donnerstag 18:30-20:30 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Weibliche U19 (Kooperation SSZ)

Montag 17-19 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Donnerstag 18-20 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Herren 1

Montag 20-21:45 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)
Mittwoch 20-21:45 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Herren 2

Mittwoch 20-21:45 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Herren 3 (Bleichrockers)

Donnerstag 20-22 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Mixed-Basketball (ab 18 Jahre, ohne Rundenspiele)

Dienstag 20-21:45 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Männliche U20

Dienstag 20-22 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Donnerstag 20-22 Uhr (Goethe-Gymnasium)

Männliche U18

Dienstag 18:30-20 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Donnerstag 17:15-19:30 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Männliche U16/U14 (Kooperation SSZ)

Dienstag 17:15-18:30 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Donnerstag 17:15-19:30 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Männliche U12 (Kooperation SSZ)

Mittwoch 15:30-17 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)
Freitag 15:30-17 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Weibliche/Männliche U10 (Kooperation SSZ)

Donnerstag 16:30-18:00 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Leichtathletik

Jugend U16, U18, U20 und Aktive

Montag 18-20 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)
Mittwoch 18-20 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)
Freitag 18-20 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion Apr.-Okt;
AKG-Halle Schulgelände Nov.-Mrz.)

Schüler Klasse 7 (Kooperation SSZ)

Freitag 14-15:35 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Schüler Klasse 5/6 (Kooperation SSZ)

Dienstag 14-15:35 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)
Freitag 16:15-18:50 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Kinderleichtathletik U8/U10 (Kooperation SSZ)

Dienstag 16:30-17:50 Uhr (AKG-Halle Weiherhausstadion)

Ski

Skifreizeiten s. Homepage

Tischtennis

Aktive

Mittwoch 18-22 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Freitag 19:30-22 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Freizeit- und Gesundheitssport

Frauengymnastik (Funktionelle Gymnastik mit Musik)

Dienstag 19-20 Uhr (AKG Gymnastiksaal)

Senioren sport (Funktionelle Übungen und Ballspiel)

Mittwoch 19-20:15 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)
Freitag 19-20 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Showdance (INvisible - Wettkampfgruppe)

Dienstag 20-22 Uhr (AKG Gymnastiksaal)
Donnerstag 17:30-19:30 Uhr (AKG Gymnastiksaal)
und n.V.

Tai Chi

Kurs 1

Freitag 19:30-21 Uhr (Gymnastikraum Weiherhaus)

Kurs 2

Mittwoch 20:30-22 Uhr (AKG Gymnastiksaal)

Volleyball

Mittwoch 20:15-22 Uhr (AKG-Halle Schulgelände)

Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch 18:30-19:30 Uhr (AKG Gymnastiksaal)
Mittwoch 19:30-20:30 Uhr (AKG Gymnastiksaal)

Yoga

Donnerstag 19:30-21:30 Uhr (AKG Gymnastiksaal)



Änderungen vorbehalten – s. Homepage

Unsere Abteilungen

BASKETBALL

Abteilungsleiter: Christian Roth
Telefon: 06251 - 582750
E-Mail: abteilungsleiter@vfl-basketball.de
Homepage: www.vfl-basketball.de

LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiter: Rainer Hartmann
Telefon: 06206 - 710236
E-Mail: Hartmann-Buerstadt@t-online.de
Homepage: www.vflssgbensheim.de

SKI

Abteilungsleiter: Michael Schweiger
Telefon: 0160 - 90170078
E-Mail: m.schweiger@s2ip.de
Homepage: www.vfl-ski.de

TISCHTENNIS

Abteilungsleiter: Wolfgang Hink
Telefon: 06254 - 308729
E-Mail: wolfgang.hink@gmx.de
Homepage: www.tischtennis-bensheim.de

FREIZEITSPORT- UND GESUNDHEITSSPORT

Abteilungsleiterin: Brigitte Krüger
Telefon: 06251 - 788290
E-Mail: bigi.krueger@gmx.de

Frauengymnastik

Ansprechpartnerin: Brigitte Krüger
Telefon: 06251 - 788290
E-Mail: bigi.krueger@gmx.de

Seniorenport

Ansprechpartner: Rainer Hartmann
Telefon: 06206 - 710236
E-Mail: Hartmann-Buerstadt@t-online.de

Showdance (INVisible)

Ansprechpartnerin: Linde-Katrin Kautz
Telefon: 0179 - 3235346
E-Mail: lindekkautz@hotmail.com

Tai Chi

Ansprechpartner: Udo Bips
Telefon: 0177 - 3922684
E-Mail: udo.bips@web.de
Homepage: vfl-taichi.de

Volleyball

Ansprechpartner: Ralf Bitsch
Telefon: 0177 - 7005212
E-Mail: R.Bitsch@kkstiftung.de

Wirbelsäulengymnastik

Ansprechpartnerin: Tanja Mohr
Telefon: 0157 - 78945679
E-Mail: tanja-mohr@t-online.de

Yoga

Ansprechpartnerin: Barbara Lettow
Telefon: 06251 - 583456
E-Mail: babs.lettow@web.de

Allgemeine Informationen

Homepage: www.vfl-bensheim.de

Geschäftsstelle: VfL Bensheim e.V.
c/o Andreas Schäfer
Taubertsgasse 14
64625 Bensheim
Telefon: 06251 - 3322
E-Mail: schaefer-andreas@vfl-bensheim.de

1. Vorsitzender: Markus Forster
Neurodstraße 2
64625 Bensheim
Telefon: 06251 - 690839
E-Mail: vorstand@vfl-bensheim.de

Mit freundlicher Unterstützung

Sparkasse Bensheim 
Leistungsstark und kompetent

©VfL Bensheim e. V.



Unsere Angebote

Basketball
Frauengymnastik
Leichtathletik
Seniorenport
Showdance
Ski
Tai Chi
Tischtennis
Volleyball
Wirbelsäulengymnastik
Yoga

Kooperationspartner
des *Alten Kurfürstlichen Gymnasiums (AKG)*
und des *Schulsportzentrums Bergstraße (SSZ)*