



Ruhrfestspielstadt
RECKLINGHAUSEN



Sportangebote für Erwachsene und Ältere

Eine Übersicht nach Sportarten des Fachbereichs Schule und Sport der Stadt Recklinghausen und
des StadtSportVerbandes Recklinghausen e.V. in Kooperation mit den Recklinghäuser Sportvereinen

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,
in der vorliegenden Übersicht haben wir alle uns bekannten Sportangebote für Erwachsene und Ältere der Recklinghäuser Sportvereine aufgeführt. Die Daten haben wir anhand der eingegangenen Rückmeldungen nach einer Vereinsbefragung zusammengestellt und alphabetisch nach Sportarten geordnet. Soweit möglich haben wir den aufgelisteten Sportangeboten auch alle weiteren wichtigen Informationen (Altersgruppe, Ort, Uhrzeit, Übungsleiter/-in, Kontaktdaten) hinzugefügt. Wir hoffen, Ihnen mit dieser Auflistung die Vielfalt des Sportspektrums der Recklinghäuser Vereinslandschaft näher zu bringen und damit Lust auf Spiel, Sport und Bewegung vermitteln zu können. Bei Rückfragen sind wir von Mo.-Fr. telefonisch unter: 02361/50-2276 erreichbar.

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
Aerobic für Frauen						
SV Blau-Weiß Re	ab 20 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	19.00-20.00	Marika	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
Adipositasgruppe						
TuW RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Donnerstag	19.00-19.45	H.Mohr	H.Mohr, Tel.: 0175/6054776, Email: hubert.mohr@gmx.de
Anfängerschwimmen						
DLRG Ortsgruppe RE	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	20.30-21.15	Antje Heine	Gerhard Weiling, Tel.: 02367/1813993, Email: schwimmen@dlrg-re.de
Aqua-Jogging						
DLRG Ortsgruppe RE	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	20.20-21.00	Antje Heine	Gerhard Weiling, Tel.: 02367/1813993, Email: schwimmen@dlrg-re.de
Badminton						
FitAb 50	ab 50 Jahre	Dietrich Bonhoefer Sporthalle	Montag	20.00-21.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Walter-Lohmar Sporthalle	Samstag	10.00-11.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Basketball						
Citybasket	ab 18 Jahre	Vestische Arena Alfons Schütt	Freitag	20.00-21.30	Wilfried Schmidt	Martin Karbe, Tel.: 02361/186362, Email: martin.karbe@citybasket.de
TuW RE-Süd	ab 18 Jahre	Sporthalle Düppelstr.	Dienstag	18.30-20.00	Michael Zobjack	K. Zobjack, Tel.: 02361/32462, Email: Zoturnabteilung@tuw-recklinghausen.de
Bewegung 70 plus						
FitAb 50	ab 70 Jahre	St. Markus Gemeinde	Mittwoch	14.00-15.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Bodyfitness für Frauen						
FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Dienstag	09.00-10.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Boule / Boccia						
FitAb 50	ab 50 Jahre	Wintergarten Sporthotel	Samstag	14.00-16.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Boxen						
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle	Mittwoch	18.00-19.50	Jonny Rekek & Uwe Böhmer	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle	Freitag	18.00-20.00	Jonny Rekek & Uwe Böhmer	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
Breitensport						
Gehörlosen Sportverein	40-65 Jahre	Marie-Curie-Gym. Sporthalle alt	Freitag	20.00-22.00	diverse	Margit Hesseln, Tel.: 02361/47886, Email: kiwi56@gmx.de
Chen Tai Ji						
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Montag	15.30-16.30		Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Montag	16.30-18.00		Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Chi-Ball

FitAb 50	ab 50 Jahre	Sporthalle Maybacher Heide	Mittwoch	17.45-18.45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
----------	-------------	----------------------------	----------	-------------	---------	---

Dart

Gehörlosen Sportverein	32-61 Jahre	Gehörlosen Vereinsheim	Fr. alle 14 Tage	18.30-22.00	Hans-Herbert Köster	H.-H. Köster, Tel.: 02505/79430, Email: hans-ulla.koester@online.de
------------------------	-------------	------------------------	------------------	-------------	---------------------	---

Damensport

SG Suderwich	ab 50 Jahre	Helmut Pardon Halle	Montag	20.00-21.30	Brigitte Vollhase	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
--------------	-------------	---------------------	--------	-------------	-------------------	---

Diabetiker Rehasport

Handball-Sportverein RE	betroffene	Freiherr v. Stein Gym. Sporthalle alt	Montag	20.15-21.45	Werner Hülsiek	M. Ziebarth, F. Boländer, Tel.: 02361/71309, Email: manfred.ziebarth@hsv73.de
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Logo Fitnesscenter	Montag	10.15-11.15	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36051
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Logo Fitnesscenter	Freitag	16.30-17.30	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36052
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Logo Fitnesscenter	Freitag	18.00-19.00	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36053

Fit für Beweglichkeit

SG Suderwich	ab 18 Jahre	Helmut Pardon Sporthalle	Dienstag	09.00-10.00	Brigitte Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	ab 18 Jahre	Helmut Pardon Sporthalle	Dienstag	10.15-11.15	Brigitte Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de

Fit Durch Sport

Handball-Sportverein RE	ab 50 Jahre	Theo.-Heuss-Gym. Sporthalle innen	Donnerstag	20.00-21.30	Kurt Kolecki	M. Ziebarth, F. Boländer, Tel.: 02361/71309, Email: manfred.ziebarth@hsv73.de
-------------------------	-------------	-----------------------------------	------------	-------------	--------------	---

Fit mit Handicap

SG Suderwich	ab 18 Jahre	Helmut-Pardon-Sporthalle	Donnerstag	15.30-17.00		Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
--------------	-------------	--------------------------	------------	-------------	--	---

Fit sein-Fit bleiben

Recklinghäuser LC	ab 60 Jahre	Hohenzollernstr. Sporthalle	Montag	16.00-17.00	Elke Postert	Barbara Ziesmer-Praßni, Tel.: 02361/9049300, Email: geschaeftsfuehrung@rlc1952.de
-------------------	-------------	-----------------------------	--------	-------------	--------------	---

Fitness an Geräten

SG Suderwich	ab 50 Jahre	Helmut-Pardon-Halle/Kraftraum	Montag	17.30-18.00	Aline Richter	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	ab 50 Jahre	Helmut-Pardon-Halle/Kraftraum	Montag	18.00-18.30	Aline Richter	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	ab 50 Jahre	Helmut-Pardon-Halle/Kraftraum	Montag	18.30-19.00	Aline Richter	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de

Flugmodellbau

Modell-Luftsportclub RE	10-18 Jahre	Gebäude F.-L.-Jahrschule	Dienstag	17.00-19.00	Markus Soick	Markus Soick, Tel.:02361/900811, Email: vorstand@modellflug-re.de
-------------------------	-------------	--------------------------	----------	-------------	--------------	---

Folkloretanz

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	11.15-12.45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
----------	-------------	-----------------------	--------	-------------	---------	---

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Fußball

Gehörlosen Sportverein	ab 30 Jahre	Händelstr. Sporthalle	Mittwoch	20.00-21.30	Christian Stern	Christian Stern, Fax.: 02361/46864, Email: gsvre-fussball@web.de
TuW RE-Süd	ab 18 Jahre	Feldstr. Sporthalle	Freitag	17.00-18.30	Martin Uphoff	K. Zobjack, Tel.: 02361/32462, Email: Zoturnabteilung@tuw-recklinghausen.de
TuW RE-Süd	ab 18 Jahre	Albert-Schweitzer Sporthalle	Freitag	20.00-21.30	Helmut Wendt	K. Zobjack, Tel.: 02361/32462, Email: Zoturnabteilung@tuw-recklinghausen.de
SG Suderwich	Alte Herren	Sportanlage am Freibad	Montag	18.00-19.30	Josef Kirwel	Josef Kirwel, Tel.: 02361/87676
SG Suderwich	Senioren	Sportanlage am Freibad	Dienstag	18.45-20.15	Josef Kirwel	Josef Kirwel, Tel.: 02361/87677
SG Suderwich	Senioren	Sportanlage am Freibad	Donnerstag	18.45-20.15	Josef Kirwel	Josef Kirwel, Tel.: 02361/87678
SG Suderwich	Senioren	Sportanlage am Freibad	Freitag	18.45-20.15	Josef Kirwel	Josef Kirwel, Tel.: 02361/87679
SG Hillen	ab 32 Jahre	in den Heuwiesen	Mittwoch	19.00-20.30	Ralf Thiemann	Mathias Richter, Tel.: 02361/498877
SG Hillen	ab 32 Jahre	in den Heuwiesen	Mittwoch	18.00-19.30	Achim Grunschel	Mathias Richter, Tel.: 02361/498878
SG Hillen	ab 32 Jahre	Halle Berufsk. Kölnerstr	Mittwoch	19.00-21.00	Achim Grunschel	Mathias Richter, Tel.: 02361/498879

Gedächtnistraining

FitAb 50	ab 50 Jahre	Raphaelschule Sporthalle	Dienstag	17.00-18.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Raphaelschule Sporthalle	Dienstag	18.10-19.10	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de

Gesundes Muskelaufbau- & Ausdauertraining im Fitness & Gesundheitsstudio

FitAb 50	ab 50 Jahre	City Fitness Hubertusstr. 26	Mo,Di,Do	6.00-23.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	City Fitness Hubertusstr. 26	Mi,Fr	7.00-23.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	City Fitness Hubertusstr. 26	Sa,So	9.00-21.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de

Gymnastik

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	10.15-11.15	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	13:45-14:45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Mittwoch	16.45-17.45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Donnerstag	09.30-11.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Donnerstag	13.45-14.45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
SV Blau-Weiß Re/Damen	ab 40 Jahre	Sporthalle Marie-Curie-Grundsch.	Dienstag	18.30-20.00	Tanja	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
FC 96 RE	ab 50 Jahre	Camisiusstr Sporthalle	Dienstag	20.00-22.00	Reimann	Herr Siedezhofer, Tel.: 02361/2785
HTV RE	ab 50 Jahre	Gudrun-Pausewang-Schule	Mittwoch	20.00-22.00	Reimund Okniewski	Fridolin Sokollis, Tel.: 02361/491674, Email: FuH-sokollis@t-online.de
HTV RE	ab 50 Jahre	Sporthalle Wasserbank	Montag	18.30-20.00	Annette Schnettker	Fridolin Sokollis, Tel.: 02361/491674, Email: FuH-sokollis@t-online.de
Svpvgg. Blau weiß Post	ab 30 Jahre	Vereinsheim TC Blau weiß	Montag	19.00-21.00	Babbara Eberhardt	Klaus Linnenbaum
Svpvgg. Blau weiß Post	ab 60 Jahre	Vereinsheim TC Blau weiß	Freitag	10.00-11.00	Anja Niehus	Klaus Linnenbaum
TUS Hochlarmark	ab 40 Jahre	Westfalenstr.Sporthalle	Montag	20.00-22.00		Bärbel Husmann, Tel.: 02361/46894
PSV RE	ab 55 Jahre	Maristen Realschule Sporthalle	Montag	18.00-19.30	Willy Pantring	Malte Ringel, Tel.:02361/493444, Email:jugentwart@psvjudo.de
HSC Eintracht RE	ab 18 Jahre	Heinrich - Auge- Sporthalle	Montag	20.30-22.00	Detlef Hahnenkamp	Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
HSC Eintracht RE		Sauerbruch-Sporthalle	Dienstag	18.00-20.30		Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
HSC Eintracht RE		Sauerbruch-Sporthalle	Donnerstag	19.00-21.30		Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
HSC Eintracht RE		Heinrich.- Auge Sporthalle	Freitag	20.30-22.00		Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
HSC Eintracht RE	ab 30 Jahre	Heinrich.- Auge Sporthalle	Mittwoch	19.00-22.00	Michael Böckenhüser	Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
HSC Eintracht RE		Kuniberg-Sporthalle	Freitag	20.00-22.00	Thomas Hartel	Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Handball

SG Suderwich	Herren 1u.2	Helmut-Pardon-Sporthalle	Dienstag	18.45-20.15	Guido Grzeskowiak	Guido Grzeskowiak, Tel.: 0160/96979708
SG Suderwich	Herren 1u.2	Helmut-Pardon-Sporthalle	Donnerstag	20.00-21.30	Guido Grzeskowiak	Guido Grzeskowiak, Tel.: 0160/96979709

Hatha Yoga 2

Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Bonhoeffer Sporthalle	Dienstag	18.00-19.30	Fr. Hermann	Hr. Nicolaus, Tel.:02361/87029, Email: vest.kneippvereinre@freenet.de
Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Kohlkamp Sporthalle	Dienstag	18.00-19.30	Fr. Hermann	Hr. Nicolaus, Tel.:02361/87029, Email: vest.kneippvereinre@freenet.de

Herz-Kreislauf Training

Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Marie-Curie-Gymn. Sporthalle alt	Montag	19.00-20.00	Fr. Heide	Hr. Nicolaus, Tel.:02361/87029, Email: vest.kneippvereinre@freenet.de
-----------------------------	------------	----------------------------------	--------	-------------	-----------	---

Indiaca für Frauen

SV Blau-Weiß Re	ab 20 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	18.00-19.00	Karin	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
-----------------	-------------	-----------------------	----------	-------------	-------	--

Jazzdance

TSC RE	ab 18 Jahre	Maristen-Realschule Sporthalle	Dienstag	20.00-21.30		Margot Bollmann, Tel.: 0231/781959, Email: geschaeftsstelle@tsc-recklinghausen.de
TSC RE	ab 18 Jahre	Freiherr v. Stein Gymn. Sporthalle	Donnerstag	20.30-22.00		Margot Bollmann, Tel.: 0231/781959, Email: geschaeftsstelle@tsc-recklinghausen.de
TSC RE	ab 18 Jahre	Freiherr v. Stein Gymn. Sporthalle	Mittwoch	20.00-21.30		Margot Bollmann, Tel.: 0231/781959, Email: geschaeftsstelle@tsc-recklinghausen.de
TSC RE	ab 18 Jahre	Freiherr v. Stein Gymn. Sporthalle	Donnerstag	19.00-21.30		Margot Bollmann, Tel.: 0231/781959, Email: geschaeftsstelle@tsc-recklinghausen.de

Judo

PSV RE	egal	Romberg Sporthalle	Montag	18.30-20.00	Malte Ringel	Malte Ringel, Tel.:02361/493444, Email: jugentwart@psvjudo.de
PSV RE	egal	Romberg Sporthalle	Mittwoch	19.00-20.30	Malte Ringel	Malte Ringel, Tel.:02361/493444, Email: jugentwart@psvjudo.de

Karate

Budo Club Tyan Shan	unbegrenzt	Heinrichstr Sporthalle	Freitag	17.00-18.30	Gayazov, Ravil	R. Gayazov, Tel.: 02361/8495200, Email: info@kyokushin-tyanshan.de
Budo Club Tyan Shan	unbegrenzt	Heinrichstr Sporthalle	Sonntag	17.00-19.00	Gayazov, Ravil	R. Gayazov, Tel.: 02361/8495200, Email: info@kyokushin-tyanshan.de

Koronarsport

SG Suderwich	egal	Schulstraße Sporthalle	Mittwoch	18.30-20.00	Manuela Wachtel	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
--------------	------	------------------------	----------	-------------	-----------------	---

Kung Fu (Chinese Boxing, K-1, Kickboxen)

SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle (Boxr.)	Montag	18.30-22.00	Andreas Silberkuhl	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle (Boxr.)	Donnerstag	18.30-22.00	Michaela Förster	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle (Boxr.)	Samstag	11.00-13.00	Jennifer Schilk	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
Blau-Weiß Post RE	14-65 Jahre	Kohlkamp Sporthalle	Mi,Fr	18.30-21.30	Stachowiak, Thomas	Tel.: 02361/16552, Email: achim.tessner@freenet.de

Lauftreff

Lauftreff RE	egal	Haard / Mutter Wehner	Dienstag	8.30	Rudolf Rudnik	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Stadion Hohenhorst	Dienstag	19.00	Hajo Funke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Mittwoch	19.00	Hans Wahmann	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / Mutter Wehner	Donnerstag	08.30	Rudolf Rudnik	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Lauftreff

Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Donnerstag	19.00	Jürgen Bzdega	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Südbad	Freitag	18.00	Inge Jonkuhn	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Stadion Hohenhorst	Freitag	18.00	Hajo Funke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Samstag	8.00	Günter Kefenbaum	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Sonntag	09.30	Günter Kefenbaum	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de

Luftgewehr

BSG Essel	ab 18 Jahre	Dorfhaus Essel	Montag	20.00-22.00	Alexander Appelhoff	Alexander Appelhoff, Tel.: 02361/891002, Email: kontakt@bsg.essel.de
-----------	-------------	----------------	--------	-------------	---------------------	--

Männersport

SG Suderwich	egal	Helmut Pardon Sporthalle	Montag	18.00-20.00	H.-J. Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
--------------	------	--------------------------	--------	-------------	-----------------	---

Nordic Walking / Walking

FitAb 50	ab 50 Jahre	Barbara-Kirche, Brandheide	Dienstag	10.00-11.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportplatz Hillen	Sonntag	10.00-11.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Lauftreff RE	egal	St. Barbara Kirche	Dienstag	10.00	Detlef Kiencke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	St. Barbara Kirche	Donnerstag	16.00	Detlef Kiencke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Stadion Hohenhorst	Donnerstag	17.00	Rudolf Krause	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Stadion Hohenhorst	Donnerstag	18.30	Hajo Funke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Donnerstag	19.00	Jürgen Bzdega	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Sonntag	9:30	Detlef Kiencke	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Vestischer Ski Club RE	ab 30 Jahre	Parkplatz St. Johann	Donnerstag	16 bzw. 19h	Bzdega	Rudolf Thier, Tel.: 02361/24651, Email: info@vestischer-skiclub.de
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Stadion Hohenhorst	Montag	09.00-10.00	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36051
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Abprache	Dienstag	18.30-19.30	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36052

Radfahren

FitAb 50	ab 50 Jahre	Abfahrt Sporthalle Quellberg	Samstag 14-tägig	14.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
----------	-------------	------------------------------	------------------	-------	---------	---

Rückenfit

SG Suderwich	Abprache	Helmut Pardon Sporthalle/Boxraum	Montag	9.00-10.00	Brigitte Onnebrink	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	Abprache	Helmut Pardon Sporthalle/Boxraum	Montag	10.15-11.15	Brigitte Onnebrink	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de

Schach

Schachgemeinschaft Läufer-Ost	ab 18 Jahre	Hotel Müller Hammerstr. 1	Freitag	19.00		Thorsten Jahring, Tel.: 02361/185486
Schachklub RE Altstadt 06	egal	Kolpinghaus, Herzogswall 38	Freitag	19.00	Franz Schulze	Udo Wickenfeld, Tel.: 02361/658454, Email: udo.wickenfeld@web.de

Schießsport

Alte Bürgerschützengilde	ab 18 Jahren	Schießstand An der Mollbeck	Dienstag	19.00-22.00	Fr. Baumann, Hr. Beck	Andreas Verstege, Tel.: 02361/9042150, Fax:02361/920544, Email: info@absg.de
BSG Essel	ab 18 Jahren	Dorfhaus Essel	Montag	20.00-22.00	Hugo Wiesmann	Hugo Wiesmann, Tel.:02361/ 891002, Email: kontakt@bsg-essel.de

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Schwimmen

FitAb 50	ab 50 Jahre	alle städt. Freibäder RE(Ausweis)	Dienstag	ganztägig	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Süd	Freitag	15.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
BSG RE	40-70 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Dienstag	18.30-19.15	diverse	Frank Elsterkamp, Tel.:0151/59136105, Email: info@bsg-recklinghausen.de
DLRG Ortsgruppe RE	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	20.20-21.40	diverse	Gerhard Weiling, Tel.: 02367/1813993, Email: schwimmen@dlrg-re.de
SV Blau-Weiß RE/ Kurs	Erwachsene	Hallenbad Herner Str.	Montag	19.00-19.40	diverse	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
SV Blau-Weiß RE/ Kurs	Erwachsene	Hallenbad Herner Str.	Montag	20.00-20.40	diverse	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
SV Blau-Weiß RE/Breitensport	nach Alter	Hallenbad Herner Str.	Mo-Mi,Fr+Sa	div. Termin	Team Breitensport	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
SV Blau-Weiß RE/Breitensport	nach Alter	Hallenbad Herner Str.	Mo-Mi,Fr+Sa	div. Termin	Trainer Wettkampf	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
TuW RE	egal	Südbad	Dienstag	20.00-20.45	H. Mohr	H.Mohr, Tel.: 0175/6054776, Email: hubert.mohr@gmx.de
TuW RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Samstag	14.30-15.15	H. Mohr	H.Mohr, Tel.: 0175/6054776, Email: hubert.mohr@gmx.de
TuW RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Donnerstag	19.00-19.30	H. Mohr	H.Mohr, Tel.: 0175/6054776, Email: hubert.mohr@gmx.de
SV Neptun	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Freitag	18.30-19.30		Gerspki Kasperczak, Email: kasperczak@alice.de
SV Neptun	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Freitag	19.45-21.00		Gerspki Kasperczak, Email: kasperczak@alice.de

Schwimmen für Eltern (nur für (Groß-) Eltern, die ihre zeitgleich schwimmenden Kinder begleiten)

DLRG Ortsgruppe RE	ab 18 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	19.40-20.20	diverse	Gerhard Weiling, Tel.: 02367/1813993, Email: schwimmen@dlrg-re.de
--------------------	-------------	-----------------------	--------	-------------	---------	---

Selbsthilfe für Morbus Bechterew-Erkrankte

Handball-Sportverein RE	ab 50 Jahre	Theo.-Heuss-Gym. Sporthalle innen	Donnerstag	19.00-20.00	Lothar Zippel	M. Ziebarth, F. Boländer, Tel.: 02361/71309, Email: manfred.ziebarth@hsv73.de
-------------------------	-------------	-----------------------------------	------------	-------------	---------------	---

Skigymnastik

FitAb 50	ab 50 Jahre	Forellstr. Gymnastikraum	Dienstag	18.00-19.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Vestischer Ski Club RE	ab 30 Jahre	Paulusstr. Sporthalle	Dienstag	20.00-22.00	Rudolf Thier	Rudolf Thier, Tel.: 02361/24651, Email: info@vestischer-skiclub.de

Sport für Jedermann

HSC Eintracht RE	18 - 80 Jahre	Düppelstr. Sporthalle	Mittwoch	20.00-22.00	Hildegard Schlüter	Jochen Schlüter, Tel.: 02361/45604, Email: hjschlüter@gmx.net
------------------	---------------	-----------------------	----------	-------------	--------------------	---

Sport für Seniorinnen

SG Suderwich	egal	Helmut Pardon Sporthalle	Donnerstag	15.30-17.00	Brigitte Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
TuW RE-Süd	ab 60 Jahre	Albert-Schweizer-Sporthalle	Montag	17.30-18.45	Anni Kregel	Klaus Zobjack, Tel.: 02361/32462
TuW RE-Süd	ab 60 Jahre	Grullbadstr. Sporthalle	Dienstag	17.15-18.30	Sabine Gleis	Klaus Zobjack, Tel.: 02361/32463
SG Suderwich	egal	Günter Hörster Sporthalle	Donnerstag	17.00-18.30	Hans-Jürgen Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
Recklinghäuser LC	ab 65 Jahre	Hohenzollernstr. Sporthalle	Montag	18.30-20.00	Herbert Mank	Barbara Ziesmer-Praßni, Tel.: 02361/9049300, Email: geschaeftsuehrung@rlc1952.de
Recklinghäuser LC	ab 65 Jahre	Hohenzollernstr. Sporthalle	Montag	20.00-22.00	Herbert Mank	Barbara Ziesmer-Praßni, Tel.: 02361/9049300, Email: geschaeftsuehrung@rlc1952.de

Sport in der Krebsnachsorge

SG Suderwich	egal	Helmut Pardon Sporthalle/Boxraum	Mittwoch	16.00-17.30	Brigitte Vollhase	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
--------------	------	----------------------------------	----------	-------------	-------------------	---

Squaredance

Recki Twirlers	27-83 Jahre	Westfahlenstr. Sporthalle	Samstag	15.30-18.30	Bendel	Angelika Reinicke, www.recki-twirlers.de
----------------	-------------	---------------------------	---------	-------------	--------	--

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

T'ai-Chi-Chuan III

Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Gemeindehaus St. Pius	Montag	19.30-21.00	Fr. Mihm	Hr. Nicolaus, Email: vest.kneippvereine@freenet.de
-----------------------------	------------	-----------------------	--------	-------------	----------	--

Tanzen

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	10.30-12.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
VTG Grün-Gold RE	ab 60 Jahre	Tanzsportzentrum Hochlarmark	Mittwoch	10.00-11.15	Barbara Steltner	Gabriele Moosbauer, Tel.: 02361/57023 Email: vtggruengold@t-online.de

Tauchen

Tauchsportclub RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	20.30-21.30	M.Voss, Dr. R. Schröder	Dr. R. Schröder, Tel.: 02361/4048843, Email: info@tcr-online.de
-------------------	------	-----------------------	----------	-------------	-------------------------	---

Tennis

TC Hohenhorst	egal	Tennisclub Hohenhorst	täglich	Vereinbarung	diverse	K-H. Liersch, Tel.: 0174/3857868, www.tc-hohenhorst.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	TC Nord, Lange Wanne	Montag	10.00-12.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
Tennisverein RE-Süd 1949	egal	Tennisverein RE-SÜD	n. Absprache	n. Absprache	Chrisrian Bömert	Hr. Kowalczyk, Tel.: 02361/33321, Email: vkowalczyk@kowalczyk.de
TC Blau-Weiß RE	40-60 Jahre	TC Nord, Lange Wanne	Mo,Mi,Fr	10.00	diverse	Herr Gaudigs, Tel.: 02367/755, Email: karingaudigs@gmx.de

Taekwondo

TKD Sportverein RE	ab 50 Jahre	Händelstr. Sporthalle	Montag	20.00-22.00	Leif Jacobs	David Thomas, Tel.: 02361/493905, Email: info@tkd-4u.de
TKD Sportverein RE	ab 50 Jahre	Dietrich Bonhoeffer Sporthalle	Freitag	18.30-22.00	Leif Jacobs	David Thomas, Tel.: 02361/493905, Email: info@tkd-4u.de
TKD Sportverein RE	ab 50 Jahre	Händelstr. Sporthalle	Samstag	13.30-16.00	Leif Jacobs	David Thomas, Tel.: 02361/493905, Email: info@tkd-4u.de
Kampfsportverein RE	ab 18 Jahre	Kuniberg Sporthalle	Montag	18.30-19.30	diverse	Fr. Waschk, Tel.: 02361/181615, Email: info@kampfsport-re.de
Kampfsportverein RE	ab 18 Jahre	Kuniberg Sporthalle	Donnerstag	17.30-18.30	diverse	Fr. Waschk, Tel.: 02361/181615, Email: info@kampfsport-re.de
Kampfsportverein RE	ab 18 Jahre	Kuniberg Sporthalle	Samstag	16.00-17.00	diverse	Fr. Waschk, Tel.: 02361/181615, Email: info@kampfsport-re.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle	Montag	18.30-22.00	Andreas Silberkuhl	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle	Donnerstag	18.30-22.00	Michaela Förster	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
SG Suderwich	egal	Helmut-Pardon-Sporthalle	Samstag	11.00-13.00	Jennifer Schilk	Andreas Silberkuhl, Tel.: 02363/913257, Email: Andreassilberkuhl@gmx.de
Polizeisportvereinigung e.V.	bis 60 Jahre	Romberg Sporthalle	Di,Do	19.00		D. Reitzing, Tel.: 02361/186862, dirk.reitzig@gmx.de
VST RE	ab 18 Jahre	Raphael Sporthalle	Di,Do	19.00-20.00	Herr Lehmann	Arndt Lehmann, Tel.: 02361/4950066

Tischtennis

ETG RE	ab 50 Jahre	Hernerstr. Sporthalle	Do,Fr	19.00-22.00	Oleg Blonstein(01784782915)	Markus Kempfen, Tel.: 02361/960703, Email: ETG-Recklinghausen@t-online.de
TUS Hochlarmark	ab 30 Jahre	Westfalenstr. Sporthalle	Mittwoch	18.00-22.00		Bärbel Husmann, Tel.: 02361/46894

Selbstverteidigung F.I.S.T. (Freies Individuelles Selbstverteidigungs-Training)

Kampfsportverein RE	ab 18 Jahre	Kuniberg Sporthalle	Mittwoch	19.00-20.00	Andreas u. Candida Tunkel	Fr. Waschk, Tel.: 02361/181615, Email: info@kampfsport-re.de
---------------------	-------------	---------------------	----------	-------------	---------------------------	--

(Senioren-) Turnen

TuW RE-Süd	ab 60 Jahre	Albert-Schweitzer Sporthalle	Montag	17.30-18.45	Anni Kregel	K. Zobjack, Tel.: 02361/32462, Email: Zoturnabteilung@tuw-recklinghausen.de
TuW RE-Süd	ab 60 Jahre	Grullbadstr. Sporthalle	Dienstag	17.15-18.30	Sabine Gleis	K. Zobjack, Tel.: 02361/32462, Email: Zoturnabteilung@tuw-recklinghausen.de
HTV RE	ab 50 Jahre	Heinrichstr Sporthalle	Mittwoch	20.00-22.00	Reimund Okniewski	Fridolin Sokollis, Tel.:02361/491674

Verein	Alter	Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Kontakt
--------	-------	-------------	-----------	---------	--------------	---------

Volleyball

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hohenzollernstr. Sporthalle	Dienstag	20.00-21.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
----------	-------------	-----------------------------	----------	-------------	---------	---

Walking

SG Suderwich	egal	Ab Barbara Kirche	So,Di	9.00	Sieglinde Horneberg	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	egal	Ab Barbara Kirche	Donnerstag	10.00-11.00	Brigitte Biernacki	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
Lauftreff RE	egal	Südbad	Montag	17.00	Inge Jonkuhn	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Mollbeck	Dienstag	8.00	Wilma Speker	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / Mutter Wehner	Dienstag	8.30	Rudolf Rudnik	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Südbad	Mittwoch	17.00	Inge Jonkuhn	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Haard / St. Johannes	Mittwoch	19.00	Jürgen Bzdega	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de
Lauftreff RE	egal	Südbad	Freitag	18.00	Inge Jonkuhn	G.Kefenbaum, Tel.: 02361/29479, Fax: 02361/29486, Email: lauftreff.re@t-online.de

Wasserball

TuW RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Donnerstag	19.30-21.45	D.Gohrke	D.Gohrke, Tel.: 0177/2394318, Email: daniel.gohrke@recklinghausen.de
TuW RE	egal	Hallenbad Herner Str.	Dienstag	19.30-21.00	A.Knillmann	D.Gohrke, Tel.: 0177/2394318, Email: daniel.gohrke@recklinghausen.de

Wassergymnastik

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mi,Do	13.45-14.45	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
BSG RE	40-70 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Dienstag	18.30-19.15	diverse	Frank Elsterkamp, Tel.: 0151/59136105, Email: info@bsg-recklinghausen.de
BSG RE	40-70 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	10.45-11.10	diverse	Frank Elsterkamp, Tel.: 0151/59136105, Email: info@bsg-recklinghausen.de
BSG RE	40-70 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Mittwoch	11.15-11.45	diverse	Frank Elsterkamp, Tel.: 0151/59136105, Email: info@bsg-recklinghausen.de
SV Blau-Wieß RE/Damen	ab 20 Jahre	Hallenbad Herner Str./Sporthalle	Mittwoch	20.00-20.40	diverse	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
DLRG Ortsgruppe RE	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str.	Montag	19.40-20.20	diverse	Gerhard Weiling, Tel.: 02367/1813993, Email: schwimmen@dlrg-re.de
TuW RE	egal	Südbad Recklinghausen	Dienstag	20.00-20.45	H.Mohr	H. Mohr, Tel.: 0175/6054776, Email: hubert.mohr@gmx.de
Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Prosper- Hospital	Montag	18.00-18.45	Hr. Breuker	Hr. Nicolaus, Email: vest.kneippvereinre@freenet.de
Vestischer Kneipp-Verein RE	Erwachsene	Prosper- Hospital	Mi,Do	19.15-20.00	Fr. Scheich-Bandar, Krämer	Hr. Nicolaus, Email: vest.kneippvereinre@freenet.de

Wirbelsäulengymnastik

FitAb 50	ab 50 Jahre	Hallenbad Herner Str./Gymn.-Raum	Dienstag	10.00-11.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Donnerstag	16.30-18.00	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
SG Suderwich	egal	Helmut Pardon Sportalle/Boxraum	Dienstag	18.00-19.00	Barbara Eberhardt	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SG Suderwich	egal	Helmut Pardon Sportalle/Boxraum	Dienstag	19.00-20.00	Barbara Eberhardt	Christiane Borgmann, Tel.: 02361/86386, Email: sport@sgsuderwich.de
SV Blau-Wieß RE	ab 20 Jahre	Hallenbad Herner Str./Gymn.-Raum	Montag	19.30-20.30	Barbara	Sükrü Simsek, Tel.: 0160/96264169, Email: vorsitzender@sv-blau-weiss-recklinghausen.de
Recklinghäuser LC	ab 50 Jahre	Hohenzollernstr. Sporthalle	Mittwoch	18.15-19.45	Uschi Götz-Trogemann	Barbara Ziesmer-Praßni, Tel.: 02361/9049300, Email: geschaeftsuehrung@rlc1952.de
SC Preußen Hochlamark	ab 18 Jahre	Westfalenstr. Sporthalle	Montag	19.00-20.00	Claudia Gäth	Dr. Siering, Tel.: 02361/36051

Yoga

FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Montag	10.00-11.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de
FitAb 50	ab 50 Jahre	Sportpark Maybacher Heide	Donnerstag	11.00-12.30	diverse	Herrmann Möller, Tel.: 02361/45608, Email: geschaeftsstelle@fitab50-recklinghausen.de