

SOMMER -
ÜBUNGSSTUNDENPLAN

Stand: 28.03.2024

Tag	Ort	Zeit	Abt.	Gruppe	Übungsleiter / Kursleiter
Montag		16.00-17.00	TU	Kleinkinder 3- 4/5 Jahre	L. Pauly / V. Köller / Se. Joost
		17.30-18.30	LA	Aktive Jungs 5-7 Jahre	St. Muth/ M. Ebert/ R. Zey/ M. Holz
		18.30-19.30	TU	Wettkampfgymnastik freies Training nach Bedarf	J. Ferdinand / N. Fassauer
		19.30-21.00	SO	Tanzgruppe Männer	S. Gros / D. Glöckner
Dienstag		10.00-11.00	TU	Wirbelsäulengymn. (Kurs) [KOSTENPFLICHTIG: siehe Homepage]	E. Westendorff*
		16.00-17.00	TU	Eltern und Kind	Sa. Joost / Se. Joost / A. Lahnstein
		17.30-18.30	SO	Zumba [KOSTENPFLICHTIG: siehe Homepage]	D. Glöckner
	Eingang Dreifeldhalle	18.00-19.00	LA	Walking-Treff	Sa. Joost / Su. Muth*
		18.30-19.45	TT	Schüler, Anfänger	M. Brahm / H. Trost
		20.00-22.00	TT	Damen und Herren	H. Trost / C. Wirth
	Mehrzweckraum	18.00-19.15	KA	Schüler / Jugend	H. Schwarz / R. Kratz
	Mehrzweckraum	19.15-21.00	KA	Fortgeschrittene	H. Schwarz / R. Kratz
	Dreifeldhalle	18.00-19.00	BA	Schüler bis 12 Jahre	M. Rumpf / Se. Joost / S. Lehpert
		19.00-20.00	BA	Jugend ab 13 Jahre	M. Rumpf / Se. Joost / S. Lehpert
20.00-22.00		BA	Damen und Herren	P.Hartmann/ Se.Joost/ R.Zey/ B.Smith/ J.Kremer	
Mittwoch		16.00-17.00	TU	Schülerinnen 8 bis 12 J.	S. Knödler* / M. Hofmann
		17.30-18.30	TU	Schülerinnen 5/6 bis 7 J.	L. Sawetzki / V. Knödler / S. Stähler
		18.50-19.50	TU	Fitness / Intervalltraining	C. Schoppe*
		20.00-21.30	TU	Gymnastik Frauen	Su. Muth* / E. Westendorff*
Donnerstag		9.00-11.00	TU	Rehasport Orthopädie [Kosten übernimmt Krankenkasse]	N. Körfer*
		14.30-15.30	TU	Gymnastik Seniorinnen	E. Westendorff*
		16.30-17.30	TU	Kleinkinder 3-4/5 Jahre	S. Stähler / S. Weindel / L. Sawetzki
		17.30-18.30	TU	Gardetanz	S. Siewert / H. Jeske
	Neuer Sportplatz (Schlecht Wetter i.d.Halle)	18.30-20.00	LA	ab 8 J. Jump and Run	J.Nelle/ H.Heger*/ Se.Joost / E.Kiefer*/ S.Hartmann
	Mehrzweckraum	18.30-19.30	TU	Gardetanz	S. Siewert / H. Jeske
Dreifeldhalle	20.00-22.00	BA	Damen und Herren	P.Hartmann/ Se.Joost/ R.Zey/ B.Smith/ J.Kremer	
Freitag		09.00-10.00	TU	Wirbelsäulengymn.(Kurs) [KOSTENPFLICHTIG: siehe Homepage]	E. Westendorff*
		18.00-19.00	SO	Showtanz	A. Heppner/ J. Clemenz/ J. Siebert/ R. Rave
		19.00-22.00	TT	Damen+Herren/Punktspiel	H. Trost / C. Wirth
	Mehrzweckraum	17:30-19:00	SO	Schauspielgruppe	A. Gültekin
	Mehrzweckraum	19.00-21.00	KA	Fortgeschrittene	H.Schwarz / R. Kratz
Samstag		10.00-11.00	TU	Wettkampfgymnastik Gr. I	J. Ferdinand / N. Fassauer / S. Fassauer
		11.00-12.00	TU	Wettkampfgymnastik Gr. II	S. Fassauer / C. Schoppe*
		ab 16.30	TT	Verbandsspiele	H. Trost / C. Wirth
Sonn- tag		ab 9.00	TT	Verbandsspiele	H. Trost / C. Wirth

Abteilungen: BA = Badminton; LA = Leichtathletik; TU = Turnen; TT = Tischtennis; KA = Kampfsport Abteilung; SO = Sonstiges / * Lizenzinhaber