

Wochenübungsplan

Turnen für Kinder und Jugendliche					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe/Altersempfehlung	Leitung
Donnerstag	09:15	10:15	Ravensteynstraße	BiB - Babys in Bewegung (2-12 Monaten)	R.Lehmus
Freitag	10:00	11:00	Ravensteynstraße	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	S.Stock
Donnerstag	16:00	17:00	Balthasar-Neumann-Schule	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	S.Stock
Montag	16:00	17:00	Balthasar-Neumann-Schule	Turnen für Kinder I (ab 3 Jahre)	S.Stock
Dienstag	16:00	17:00	Balthasar-Neumann-Schule	Turnen für Kinder I (ab 5 Jahre)	S.Stock
Dienstag	17:00	18:15	Balthasar-Neumann-Schule	Turnen für Kinder II (5-7 Jahre)	S.Stock
Donnerstag	17:00	18:00	Balthasar-Neumann-Schule	Turnen für Kinder III (7-10 Jahre)	G.Leffler
Dienstag	17:30	19:00	Realschule+ Asterstein	Turnen für Jugendliche II (10-15 Jahre)	G.Leffler
Dienstag	19:00	20:00	Realschule+ Asterstein	Turnen für Jugendliche III (16-18 Jahre)	G.Leffler
Trampolin					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe/Altersempfehlung	Leitung
Donnerstag	17:00	19:30	Ravensteynstraße	Trampolinturnen (ab 6 Jahren)	W.Fernandes
Gymnastik/Bewegung für Erwachsene und Senioren					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe	Leitung
Montag	16:30	18:30	Ravensteynstraße	Senioren Gymnastik (Ü60)	H.Müller
Montag	17:30	18:30	Ravensteynstraße	POWER-JUMP (nach Kursplan)	W.Fernandes
Montag	19:00	20:00	Ravensteynstraße	Ballsport für Männer	S.Ofenstein
Montag	20:00	22:00	Ravensteynstraße	Funktionelle Gymnastik Er+Sie (m/w)	S.Ofenstein
Montag	19:30	21:00	Realschule+ Asterstein	Gymnastik für Frauen	G.Leffler
Dienstag	17:00	18:30	Ravensteynstraße	YOGA (nach Kursplan)	C.Keul
Dienstag	20:00	22:00	Realschule+ Asterstein	Funktionelle Gymnastik Er+Sie (m/w)	R.Polcher
Dienstag	18:30	20:00	Ravensteynstraße	Gymnastik für Frauen	S.Stock
Dienstag	19:00	20:15	Balthasar-Neumann-Schule	Gymnastik für Frauen	I.Mathieu
Dienstag	20:15	22:00	Balthasar-Neumann-Schule	Funktionelle Gymnastik Er+Sie (m/w)	I.Mathieu
Mittwoch	17:30	18:30	Ravensteynstraße	POWER-JUMP (nach Kursplan)	W.Fernandes
Mittwoch	18:00	19:00	Balthasar-Neumann-Schule	ZUMBA (nach Kursplan)	T.Assmann
Mittwoch	20:00	22:00	Ravensteynstraße	Gymnastik für Frauen	I.Mathieu
Badminton					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe	Leitung
Dienstag	20:00	22:00	Ravensteynstraße	Badminton für Freizeit/Hobbyspieler (m/w)	F.Eberle
Pickleball					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe	Leitung
Sonntag	16:30	18:30	Ravensteynstraße	Pickleball für Freizeit/Hobbyspieler (m/w)	Wölk/Buch
Tischtennis					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe	Leitung
Montag	19:30	22:00	Balthasar-Neumann-Schule	Tischtennis für Erwachsene (m/w)	C.Bohnen
Donnerstag	18:00	19:30	Ravensteynstraße	Tischtennis für Jugendliche (m/w)	D.Sporcic
Donnerstag	19:30	22:00	Ravensteynstraße	Tischtennis für Erwachsene (m/w)	F.Wolf
Volleyball					
Tag	von	bis	Sporthalle	Übungsgruppe	Leitung
Freitag	17:00	18:30	Ravensteynstraße	Volleyball für Kids (m/w)	F.Eberle
Freitag	18:30	22:00	Ravensteynstraße	Volleyball für Jugendliche (m/w)	F.Eberle
Freitag	20:00	22:00	Realschule Asterstein	Volleyball - Freizeit Hobby Gruppe - (m/w)	T.Semus

TV „Vater Jahn“ 1895



Ihr SPORT vor ORT

