

# Übungsplan des Turnverein Oestrich 1848 e.V.

<b>Montag</b>	17.15 – 18.15	Heidi Stoll	Frauen Gruppe (mit Gebühr*)	Sporthalle
	19.00 – 20.00	Alexander Matecka	Badminton für Jugendliche	Sporthalle
	20.00 – 22.00	Melchior Galla	Badminton	Sporthalle
	20.00 – 21.00	Martina Boxberger	Body-Forming	Vereinshaus
<b>Dienstag</b>	09.30 – 10.45	Günter Dinges	Nordic-Walking	am/im Vereinshaus
	15.30 – 16.30	Sabine Gretz/Alexander Gretz	Leichtathletik Klasse 1 bis 3	Sporthalle/ Kleinsportanlage
	16.30 – 17.30	Anja Weyhofen / Simon - Weyhofen	Leichtathletik Klassen 4 und 5	Sporthalle/ Kleinsportanlage
	17.00 – 19.00	Manuel Benet	Leichtathletik ab ca. 12 Jahren	Sportplatz Winkel
	17.30 – 19.00	Günther Eser	SportWerk	Sporthalle
	18.15 – 19.30	Nathalie Galla	Jazztanz für Erwachsene	Vereinshaus
	19.00 – 22.00	Helmut Zimmer	Tischtennis Mannschaftstraining	Sporthalle
	19.30 – 20.30	Corina Hegebart-Klier	Bewegung und Tanz	Vereinshaus
<b>Mittwoch</b>	09.00 – 10.00	Regina Schreiber	Bauch, Beine, Po & Rücken (mit Gebühr*)	Vereinshaus
	15.15 – 16.15	Katharina Moos/Sabine Scherf	Eltern Kind Turnen (bis 4 Jahre)	Sporthalle
	16.15 – 17.15	Yvonne Kinkel / Rosel Freimuth	Spiel und Spaß in der Turnhalle	Sporthalle
	17.15 – 18.00	Yvonne Kinkel / Rosel Freimuth / Alina Palinkas / Simon Weyhofen / Martina Moos	Trampolin (ab 8 Jahre) Gruppe 1	Sporthalle/ Vereinshaus
	18.00 – 18.45	Yvonne Kinkel	Trampolin (ab 8 Jahre) Gruppe 2	Sporthalle/ Vereinshaus
	18.45 – 19.45	Friederike Urbach	Fit & gesund 50+ (mit Gebühr*)	Vereinshaus
	20.00 – 21.00	Nicole Witte	Zumba Fitness <sup>®</sup> (mit Zusatzbeitrag**)	Vereinshaus /Sporthalle
<b>Donnerstag</b>	16.00 – 17.00	Heidi Stoll	Yoga für Ältere (mit Gebühr*)	Vereinshaus
	16.15 – 17.15	Tanja Pfaff / Sandra Zentner /Marcus Kreis	Leichtathletik für Kinder von 4 Jahren bis einschließlich 1. Klasse	Sporthalle/ Kleinsportanlage
	17.15 – 18.15	Friederike Urbach	Pilates (mit Gebühr*)	Vereinshaus
	17.30 – 19.15	Erhard und Marion Engelmann	Tischtennis Schüler / Schülerinnen	Sporthalle
	18.15 – 19.30	Heidi Stoll	Yoga (mit Gebühr*)	Vereinshaus
	19.15 – 22.00	Helmut Zimmer	Tischtennis für alle	Sporthalle
	20.00 – 21.30	Silke Klein, Ulrike Winterhalter	Stepp-Aerobic	Vereinshaus
<b>Freitag</b>	16.00 – 17.30	Anja Rheinberger/Corina Hegebart-Klier/ / Carina Zuther/ Sarah Jung / Samana Krämer / Lars Becker / Simon Weyhofen	Gerätturnen – Wettkampfgruppe I Mädchen Jahrgang 2009 bis 2011 Jungen Jahrgang 2006 und jünger	Sporthalle/ Vereinshaus
	17.00 – 18.30	Anja Rheinberger/Corina Hegebart-Klier / Selina Rößler / Nathalie Galla / Neele Scherer / Karla Seifert	Gerätturnen – Wettkampfgruppe II Mädchen Jahrgang 2003 - 2008	Sporthalle/ Vereinshaus
	18.30 – 20.00	Anja Rheinberger/ Corina Hegebart-Klier	Gerätturnen – Wettkampfgruppe III Mädchen Jahrgang 2002 und älter Jungen Jahrgang 2006 und älter	Sporthalle/ Vereinshaus
	20.00 – 22.00	Günter Dinges	Jedermann – Sport	Sporthalle
<b>Sams- tag</b>	15.00 – 20.00	Helmut Zimmer	Tischtennis Mannschaftstraining / Rundenspiele	Sporthalle

\* Gebühr: 10er Karte für 5,- Euro

\*\* Zusatzbeitrag: 10er Karte für 35,- Euro

Auskunft: Sportwartin Anja Weyhofen: Tel. 06723 / 2399 gültig ab: 01.01.2018

<http://www.turnverein-oestrich.de/>