

Übungsplan TV 1902 Frei Weinheim e.V.



Montag	Angebot	Übungsleiter	Ort
8:30 - 9:45	Gem Walking/Nordic-Walking	U. Gerber	Jungau
9:45 - 11:00	Gem Walking/Nordic-Walking für Senioren 75+	U. Gerber	Jungau
9:30 - 10:30	Gem NEU! MamaFIT Indoor ^K ausgesetzt	fragen Sie nach dem neuen Starttermin	Bürgerhaus
10:00 - 11:30	Gem Yoga ^{K*}	S. Heisig	Bürgerhaus
15:30 - 16:30	Gem Seniorengymnastik	A. Topeters	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	Gem Eltern-Kind-Turnen ^K	E. Plep	Turnhalle BGS
16:15 - 17:00	Gem YOGA Kids (6- 10 J) ^{K*}	S. Heisig	Bühne BGS
17:30 - 18:30	Gem YOGA Teens (ab 10 J) ^{K*}	S. Heisig	Bühne BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege 2	M. Ahrens-Rötzer, M. Sattler-Klöss, T. Iyabi	Turnhalle BGS
19:00 - 20:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
20:00 - 21:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
Dienstag			
09:30 - 10:30	Mäd MamaFIT Outdoor mit dem Kinderwagen ^{K *}	S. Gerhard Starttermin: 02.04.2019	Jungau Saisonstart!
16:00 - 17:00	Gem Krabbelturnen	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege 1	A. Seiffert, M. Ahrens-Rötzer	Turnhalle BGS
17:30 - 19:00	Mäd Mädchenturnen (ab 5. Klasse)	M. Sattler- Klöss	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Bürgerhaus
18:00 - 19:00	Gem Pilates 1 ^{K*}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Fitnesstrends - BauchBeinePo	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Funktionsgymnastik	A. von Trentini	Bürgerhaus
19:30 - 21:30	Jun Gymnastik und Ballspiele für Männer	G. Roos	Turnhalle BGS
Mittwoch			
09:30 - 10:30	Gem Kurs Pilates 60+ ^{K *}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
10:30 - 11:30	Gem Pilates Natal : Start ab April 2019	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	Gem Kleinkinderturnen (3J - Schuleintritt)	A. Klos, E. Plep, J. Plep, D. Wildanger,	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Mäd Mädchenturnen (1. - 4. Klasse)	G. Kloes Lohbeck, E. Müller, Y. Cin	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Kurs Pilates Balance ^{K *}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Kurs Easy Step ^{K *}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
18:30 - 20:00	Jun Hallenfußball	S. Keim	Turnhalle BGS
20:00 - 21:15	Mäd Mittwochsturnerfrauen - 60plus	S. Hagel	Turnhalle BGS
20:00 - 21:30	Mäd Funktionsgymnastik für Frauen	E. Breyer	Turnhalle BGS
Donnerstag			
09:00 - 10:00	Gem Fitnessgymnastik 55 Plus	A. Topeters	Bürgerhaus
10:00 - 11:00	Gem Fit forever 50 Plus	A. Topeters	Bürgerhaus
16:00 - 16:45	Gem Bewegung auf Musik für die Aller kleinsten	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Jun Jungenturnen und mehr (1. - 4.Klasse)	C.Ott, D. Mahler , Assistenz	Turnhalle BGS
16:30 - 18:00	Mäd Aufbauwettkampfriege	N. Kuschnerreit, M. Kühl	Turnhalle BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege 2	M. Ahrens-Rötzer, M. Sattler-Klöss, A. Krauter	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Mäd Wettkampfriege 1	M. Ahrens-Rötzer, J. Bauer, Nina Kuschnerreit	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Kurs Pilates ^{K*}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
18:00 - 19:00	Gem Walking/ Nordic-Walking ^{**}	Ansprechpartner: K. Urgast	Jungau
Freitag			
08:30 - 09:30	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Bürgerhaus
08:30 - 09:45	Gem Walking/ Nordic-Walking	U. Gerber	Jungau
09:15 - 10:15	Gem Babys in Bewegung ^{K**}	I. Pfahl/ E. Plep	Bürgerhaus
09:45 - 11:00	Gem Walking/ Nordic-Walking für Senioren 75+	U. Gerber	Jungau
10:30 - 11:30	Gem Babys in Bewegung ^{K**}	I. Pfahl/ E. Plep	Bürgerhaus
15:30 - 16:15	Gem Bewegung auf Musik 1 (2 3/4 bis 4 Jahre)	S. Hagel, J. Plep	Turnhalle BGS
16:15 - 17:00	Gem Bewegung auf Musik 2 (5 - Schuleintritt)	S. Hagel, J. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 18:00	Gem Bewegung auf Musik 3 (1-4 Kl.)	S. Hagel	Turnhalle BGS
16:00 - 17:00	Gem Eltern-Kind-Turnen ^K	H. Küssner, C. Löhner	Turnhalle BGS
17:00 - 18:00	Gem Kleinkinderturnen (3J – Schuleintritt)	E. Müller, S. Aurin, H. Küssner, C. Löhner	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Jun Fußball (nur auf Anfrage)**	S. Keim	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Gem MixedVolleyball ***	B. Langner	Turnhalle BGS/ Beachvolleyplatz
Samstag			
10:00 - 12:00	Jun Aufbauriege + Wettkampfriege	N. Kuschnerreit, A. Klos, N. Zerban	Turnhalle BGS
Sonntag			
9:00 - 10:00	Gem Lauffreik ^K Winterpause bis Feb. 2019	E. Breyer	It Trainingsplan
Erläuterung und Kontakt			
*	=	Begrenzte Teilnehmerzahl, bitte Rücksprache mit dem jeweiligen Übungsleiter	
**	=	Bitte Rücksprache mit jeweiligen Übungsleiter	
***	=	im Sommer Beachvolleyball möglich, Rücksprache mit brueckner.juergen@googlemail.com	
K	=	auch als Kurs möglich	
Gem	=	gemischte Gruppe	
Jun	=	Jungen/ Männer Gruppe	
Mäd	=	Mädchen / Frauen Gruppe	
Jungau	=	Treffpunkt Parkplatz Jungau	
Bei Fragen zum Übungsangebot stehen Ihnen die Übungsleiter zu den jeweiligen Zeiten, sowie der Vorstand unter der Email Adresse: info@tvfreiweinheim.de, gerne zu Verfügung. Ausführliche Informationen sowie Änderungen finden Sie auf unserer Internetseite www.tvfreiweinheim.de			
Beiträge		Aufnahmegebühr	Jahresbeitrag
Kinder und Jugendliche (bis 21 Jahre)		10,00 €	60,00 €
Erwachsene (ab 21 Jahre)		10,00 €	72,00 €
Passive		10,00 €	24,00 €
Familien (ab 2. Person)		20,00 €	114,00 €
zusätzliche Beiträge			
je Pilateskurs	24,00 € / Jahr		
Pilates und Yoga Erw.	24,00 € / pro Kurseinheit (10h)		