

Übungsplan TV 1902 Frei Weinheim e.V.



NEU!

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	S. Gerhard	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 Aufbauwettkampfriege	J. Bauer, N. Kuschnerreit, N. Zerban	Turnhalle BGS
19:00 - 20:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
20:00 - 21:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
Dienstag			
16:00 - 17:00	Gem Krabbeltturnen	L. Bockius/ E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege	A. Seiffert	Turnhalle BGS
17:30 - 19:00	Mäd Mädchenturnen (ab 5. Klasse)	M. Klöss	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Bürgerhaus
18:00 - 19:00	Gem Pilates Fortgeschritten ^{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 Aerobic 60+ ^{K*}	M. Manzano Laudenschach	Bürgerhaus
09:30 - 10:30	Gem MamaFIT Outdoor mit dem Kinderwagen ^{K*}	S. Gerhard	Jungau
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	M. Unsner	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 Allerkleinsten	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Jun Jungenturnen und mehr (1. - 4. Klasse)	C. Ott	Turnhalle BGS
16:30 - 18:30	Mäd Aufbauwettkampfriege	J. Bauer, N. Kuschnerreit, N. Zerban	Turnhalle BGS
17:30 - 20:00	Mäd Wettkampfriege	M. Ahrens-Rötzer, M. Klöss, N. Zerban	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. Löhr	Turnhalle BGS
17:00 - 18:00	Gem Kleinkinderturnen (3J - Schuleintritt)	E. Müller, S. Aurin, H. Küssner	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Jun Fußball (nur auf Anfrage)**	M. Unsner	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Gem MixedVolleyball ^{***}	J. Brückner	Turnhalle BGS/ Beachvolleyplatz
Samstag			
10:00 - 12:00	Jun Wettkampfriege	M. Ahrens-Rötzer, A. Klos, N. Zerban	Turnhalle BGS
Sonntag			
9:00 - 10:00	Gem Lauftreff ^{K-} Winterpause bis Feb. 2019	E. Breyer	lt 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)	