

TVE-Übungsplan Stand 06.05.2018		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Turnen	Eltern-Kind-Turnen	1½ - 3 Jahre		10.45 - 11.45 T		15.00 - 17.00 SpS			
	Kinder Turnen	3 - 6 Jahre (je 1 Gruppe)		15.00 - 17.00 T					
	Kinder Turnen	3 - 4 Jahre und 5 - 6 Jahre 3. Gruppe		17.00 - 18.00 T					
	Psychomotorik ①	3 - 6 Jahre			14.00 - 15.00 SpS				
	Psychomotorik ①	5 - 8 Jahre				14.00 - 15.00 SpS			
	Jungen Turnen	ab 6 Jahre			16.30 - 18.00 T				
	Mädchen Turnen	6 - 9 Jahre				15.00 - 16.30 T			
	Mädchen Turnen	9 - 14 Jahre				16.30 - 18.00 T			
	Gerätturnen Leistungsriege	ab 9 Jahre (w)		18.00 - 20.00 T	14.30 - 16.30 T		15.00 - 17.00 T		
	Gerätturnen Leistungsriege	ab 6 Jahren (w) *			15.00 - 16.30 T				
	Spiel und Spaß für Alle	ab 10 Jahre (m/w)				18.00 - 19.30 T			
	Leichtathletik	6-10 Jahre (m/w)				S 16.00 - 17.30 Ros			
	Leichtathletik	6-10 Jahre (m/w)				W 16.00 - 17.30 JHW			
	Leichtathletik	10-16 Jahre (m/w)			W 18.00 - 19.30 ZS	S 17.30 - 19.00 Ros			
	Leichtathletik	ab 16 Jahre (m/w)			S 18.00 - 20.00 Ros	W 20.30 - 22.00 LRS			
Senioren-Gymn. / Prellball	Männer					20.00 - 22.00 T			
Gymnastik	Bodystyling	Frauen/Männer			19.00 - 20.00 T				
	Step-Aerobic f	Frauen/Männer				19.00 - 20.00 SpS - jeweils am 1. Donnerstag im Monat			
	Bauch & Stretch intensiv	Frauen/Männer				19.00 - 20.00 SpS - an den übrigen Donnerstagen			
	Total Body Conditioning	Frauen/Männer			18.00 - 19.00 T				
	Funktionelles Training	Frauen/Männer					19.00 - 20.00 T		
	Fitness-Gymnastik	Frauen/Männer		20.00 - 21.15 T					
	Fitness-Gymnastik	Frauen (je 1 Stunde)	20.00 - 22.00 T		8.45 - 10.45 T				
	Fitness-Gymnastik	Frauen (je 1 Stunde)			18.00 - 20.00 SpS				
	Gymnastik für Ältere	Frauen (je 1 Stunde)			9.30 - 11.30 SpS				
	Aktiv bis 100	Frauen/Männer					10.00 - 11.00 EG		
Walking	Männer/Frauen	18.00 - 19.00				09.00 - 10.00			
Wirbelsäulengymnastik ②	Männer/Frauen (je 1 Std.)		19.00 - 20.00 SpS		17.00 - 18.00 SpS				
Ball sport	Lungensport	Männer/Frauen	13.30 - 14.30 T	9.00 - 11.00 SpS					
	Herzsport	Männer/Frauen (je 1 Std.)	17.00 - 21.00 SpS/T						
	Prellball	Jugend/Erwachsene (m/w)				19.30 - 22.00 T			
	Freizeit-Hallenfußball	Männer/Frauen		21.15 - 22.30 T			19.30 - 21.00 ZS		
	Indoor Soccer	ab 16 Jahre (m/w)		20.30 - 22.00 JHW					
Freizeit-Basketball	Männer/Frauen			20.30 - 22.00 JHW					
Ju-Jutsu	Ju-Jutsu	ab 6 Jahre (m/w)	15.30 - 16.30 SpS	15.00 - 16.00 SpS			12.30-14.00 SpS		
	Ju-Jutsu	ab 6 Jahre (m/w) - Wettkampfgruppe					14.00-15.00 SpS		
	Ju-Jutsu	ab 10 Jahre (m/w)	16.30 - 18.00 SpS	16.00 - 17.30 SpS					
	Ju-Jutsu	Jugend/Erwachsene (m/w)	18.00 - 20.00 SpS			20.00 - 22.00 SpS	15.00-16.30 SpS		
Tänzen	Kindertanz	6 - 9 Jahre				14.55 - 15.55 SpS			
	Jazz- und Hip-Hop-Tanz	10 - 12 Jahre				15.55 - 16.55 SpS			
	Jazz- und Hip-Hop-Tanz	13 - 15 Jahre				16.55 - 17.55 SpS			
	Kreativer Kindertanz ③	4 - 5 Jahre 1. Gruppe			15.10 - 16.00 SpS				
	Kreativer Kindertanz ③	4 - 5 Jahre 2. Gruppe			16.10 - 17.00 SpS				
	Kreativer Kindertanz ③	ab 6 Jahre 3. Gruppe			17.00 - 17.50 SpS				
	Jazz- und Moderndance	Frauen			20.00 - 22.00 SpS				
	Line Dance	Frauen/Männer - Anfänger					20.00 - 21.00 SpS		
	Line Dance	Frauen/Männer - Fortgeschr.					21.00 - 22.00 SpS		
	Tanzkreis	Frauen/Männer						17.45 - 19.00 T	
T	Tischtennis	Anfänger (m/w)	15.00 - 17.00 T				10.00 - 11.30 T		
	Tischtennis	Fortgeschrittene (m/w)		16.30 - 19.00 LRS			17.00 - 19.00 T	11.30 - 15.30 T	
	Tischtennis	Erwachsene (m/w)			20.00 - 22.00 T		19.00 - 22.00 SpS		
T = Turnhalle SpS = Sportsaal Ros = Rosegger-Sportplatz ZS = Ziehenschule		JHW = Johann-Hinrich-Wichernschule LRS = Ludwig-Richter-Schule EG = Emmausgemeinde IGS = IGS Eschersheim	S = Sommer W = Winter * nach Absprache mit dem ÜL FLS = Fried-Lübbecke-Schule	① Psychomotorik Kurssystem und Sonderzahlung. Voranmeldung erforderlich. ② Workshop „Rücken-Aktiv“ muss vorher besucht werden. ③ Kreativer Kindertanz Sonderzahlung 18,- Euro pro Quartal. Voranmeldung erforderlich.			Interessenten für Yoga, Pilates, Zumba und Rücken-Aktiv etc. bitte mit der TVE-Geschäftsstelle in Verbindung setzen: 069 / 521214		