

| TVE-Übungsplan Stand 15.07.2018 | | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|---------------------------------|--------------------------------------|--|-----------------------------|--|-------------------------|---|---|---------|
| Turnen | Eltern-Kind-Turnen | 1½ - 3 Jahre (Do.: 2 Gruppen) | | 10.45 - 11.45 T | | 15.00 - 17.00 SpS | | |
| | Kinder Turnen | 3 - 6 Jahre (2 Gruppen) | | 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 ④ | ab 6 Jahre (w) | | | 15.00 - 16.30 T | | | |
| | Gerätturnen Leistungsriege ④ | ab 9 Jahre (w) | | 18.00 - 20.00 T | 14.30 - 16.30 T | | 15.00 - 17.00 T | |
| | Spiel und Spaß für Alle | ab 10 Jahre (m/w) | | | | 18.00 - 19.30 T | | |
| | Leichtathletik | 6-10 Jahre (m/w) | | | | 16.00 - 17.30 S: Ros / W: 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 | Morning-Bootcamp | für alle | | 07.15 - | | | | |
| | Bodystyling | Frauen/Männer | | 19.00 - 20.00 T | | | | |
| | Bauch - Rücken - Stretching intensiv | Frauen/Männer | | | | 19.00 - 20.00 SpS - an den übrigen Donnerstagen | | |
| | Total Body Conditioning | Frauen/Männer | | 18.00 - 19.00 T | | | | |
| | Zirkeltraining | Frauen/Männer | | | | 19.00 - 20.00 T | | |
| | Fitness-Gymnastik | Frauen/Männer | | 20.00 - 21.15 T | | | | |
| | Hatha-Yoga 50+ | Frauen/Männer | | 11.15 - 12.15 SpS | 8.45 - 10.45 T | | | |
| | Pilates | Frauen/Männer (Gruppe 1: Di, Gruppe 2: D0) | | 20.00 - 21.00 SpS | | 18.00 - 19.00 SpS | | |
| | Zumba | Frauen/Männer | | | | | 10.00 - 11.00 SpS | |
| | 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 | Frauen/Männer | 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 | | | |
| Ballsport | Lungensport | Frauen/Männer (Di.: je 1 Std.) | 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 | Frauen/Männer | | 21.15 - 22.30 T | | | 19.30 - 21.00 ZS | |
| | Indoor Soccer | ab 16 Jahre (m/w) | | 20.30 - 22.00 JHW | | | | |
| Freizeit-Basketball | Frauen/Männer | | | 20.30 - 22.00 JHW | | | | |
| Ju-Jutsu | Ju-Jutsu | ab 6 Jahre (m/w) | 15.30 - 16.30 SpS | 15.00 - 16.00 SpS | | | | |
| | Ju-Jutsu | ab 6 Jahre (m/w) - Wettkampfgruppe | | | | | 12.00-15.00 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 | | |
| Tanzen | 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 ③ | Frauen/Männer | | | | | | 17.45 - 19.00 T | |
| TT | Tischtennis | Anfänger (m/w) | 15.00 - 17.00 T | | | 17.30 - 19.00 LRS | 10.00 - 11.30 T | |
| | Tischtennis | Fortgeschrittene (m/w) | | 16.30 - 19.00 LRS | 17.30 - 19.00 LRS | 17.00 - 19.00 T | 11.30 - 15.30 T | |
| | Tischtennis | Erwachsene (m/w) | 19.00 - 22.00 LRS | | 19 - 22 LRS / 20 - 22 T | 19.00 - 22.00 LRS | | |
| T = Turnhalle | | JHW = Johann-Hinrich-Wichernschule | S = Sommer | ① Psychomotorik: Kurssystem und Sonderzuzahlung. Voranmeldung erforderlich. | | | Aktuelles sowie Informationen über unsere Workshops finden Sie auf www.turnverein-eschersheim.de . Auskunft gibt auch gerne unsere Geschäftsstelle unter: 069 / 521214 | |
| SpS = Sportsaal | | LRS = Ludwig-Richter-Schule | W = Winter | ② Workshop „Rücken-Aktiv“ muss vorher besucht werden. | | | | |
| Ros = Rosegger-Sportplatz | | EG = Emmausgemeinde | | ③ Mit Zusatzbeitrag, beim Kreativen Kindertanz ist eine Voranmeldung erforderlich. | | | | |
| ZS = Ziehenschule | | IGS = IGS Eschersheim | FLS = Fried-Lübbecke-Schule | ④ Gerätturnen nur in Absprache mit den Übungsleitern | | | | |