

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
<b>Vormittags</b>						
	<b>Lungensport</b> 9.00 - 10.00 Frauen/Männer SpS <b>Lungensport</b> 10.00 - 11.00 Frauen/Männer SpS <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 10.45 - 11.45 (1½ - 3 Jahre) T <b>Hatha-Joga 50+</b> 11.15 - 12.15 SpS	<b>Morning-Bootcamp</b> 7.15 - für alle <b>Fitness-Gymnastik</b> 8.45 - 9.45 Frauen T <b>Fitness-Gymnastik</b> 9.45 - 10.45 Frauen T <b>Gymnastik für Ältere</b> 9.30 - 11.30 2 Gruppen SpS		<b>Walking</b> 09.00 - 10.00 Frauen/Männer <b>Aktiv bis 100</b> 10.00 - 11.00 Frauen/Männer EG	<b>Zumba</b> 10.00 - 11.00 Frauen/Männer SpS <b>Tischtennis</b> ④ 10.00 - 11.30 Anfänger (m/w) T	
<b>Nachmittags</b>						
<b>Lungensport</b> 13.30 - 14.30 Frauen/Männer T <b>Tischtennis</b> 15.00 - 17.00 Anfänger (m/w) T <b>Ju-Jutsu</b> 15.30 - 16.30 ab 6 Jahre (m/w) SpS <b>Ju-Jutsu</b> 16.30 - 18.00 ab 10 Jahre (m/w) SpS <b>Herzsport</b> 17.00 - 18.00 Frauen/Männer T	<b>Ju-Jutsu</b> 15.00 - 16.00 ab 6 Jahre (m/w) SpS <b>Turnen Kinder</b> 15.00 - 16.00 3 - 6 Jahre (1. Gruppe) T <b>Turnen Kinder</b> 16.00 - 17.00 3 - 6 Jahre (2. Gruppe) T <b>Ju-Jutsu</b> 16.00 - 17.30 ab 10 Jahre (m/w) SpS <b>Tischtennis</b> 16.30 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) LRS <b>Turnen Kinder</b> 17.00 - 18.00 3-4 & 5-6 Jahre (3. Gruppe) T	<b>Psychomotorik</b> ① 14.00 - 15.00 3 - 6 Jahre SpS <b>Gerätturnen</b> ④ 14.30 - 16.30 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T <b>Gerätturnen</b> ④ 15.00 - 16.30 Leistungsriege ab 6 Jahre (w) T <b>Kreativer Kindertanz</b> ③ 15.10 - 16.00 4 - 5 Jahre (1. Gruppe) SpS <b>Kreativer Kindertanz</b> ③ 16.10 - 17.00 4 - 5 Jahre (2. Gruppe) SpS <b>Turnen Jungen</b> 16.30 - 18.00 ab 6 Jahre T <b>Kreativer Kindertanz</b> ③ 17.00 - 17.50 ab 6 Jahre (3. Gruppe) SpS	<b>Psychomotorik</b> ① 14.00 - 15.00 5 - 8 Jahre SpS <b>Turnen Mädchen</b> 15.00 - 16.30 6 - 9 Jahre T <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 15.00 - 17.00 (1½ - 3 Jahre, 2 Gruppen) SpS <b>Leichtathletik</b> 16.00 - 17.30 6-10 Jahre (m/w) S Ros <b>Leichtathletik</b> 16.00 - 17.30 6-10 Jahre (m/w) W JHW <b>Turnen Mädchen</b> 16.30 - 18.00 9 - 14 Jahre T <b>Wirbelsäulengymnastik</b> ② 17.00 - 18.00 Frauen/Männer SpS	<b>Kindertanz</b> 14.55 - 15.55 6 - 8 Jahre SpS <b>Gerätturnen</b> ④ 15.00 - 17.00 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T <b>Jazz- und Hip-Hop-Tanz</b> 15.55 - 16.55 9 - 11 Jahre SpS <b>Jazz- und Hip-Hop-Tanz</b> 16.55 - 17.55 12 - 14 Jahre SpS	<b>Tischtennis</b> 11.30 - 13.30 Fortgeschrittene (m/w) T <b>Ju-Jutsu</b> 12.00 - 15.00 ab 6 Jahre - Wettkampfgruppe SpS <b>Tischtennis</b> 13.30 - 15.30 Fortgeschrittene (m/w) T	
<b>Abends</b>						
<b>Herzsport</b> 18.00 - 19.00 Frauen/Männer T <b>Walking</b> 18.00 - 19.00 Frauen/Männer <b>Ju-Jutsu</b> 18.00 - 20.00 Jugend/Erw. (m/w) SpS <b>Tischtennis</b> 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS <b>Herzsport</b> 19.00 - 20.00 Frauen/Männer T <b>Herzsport</b> 20.00 - 21.00 Frauen/Männer SpS <b>Fitness-Gymnastik</b> 20.00 - 21.00 Frauen T <b>Fitness-Gymnastik</b> 21.00 - 22.00 Frauen T	<b>Gerätturnen</b> ④ 18.00 - 20.00 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T <b>Wirbelsäulengymnastik</b> ② 19.00 - 20.00 Frauen/Männer SpS <b>Pilates</b> 20.00 - 21.00 Frauen/Männer SpS <b>Fitness-Gymnastik</b> 20.00 - 21.15 Frauen/Männer T <b>Indoor Soccer</b> 20.30 - 22.00 ab 16 Jahre (m/w) JHW <b>Freizeit-Hallenfußball</b> 21.15 - 22.30 Frauen/Männer T	<b>Tischtennis</b> 17.30 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) LRS <b>Total Body Conditioning</b> 18.00 - 19.00 Frauen/Männer T <b>Leichtathletik</b> 18.00 - 19.30 10-16 Jahre (m/w) W ZS <b>Leichtathletik</b> 18.00 - 20.00 ab 16 Jahre (m/w) S Ros <b>Fitness-Gymnastik</b> 18.00 - 19.00 Frauen SpS <b>Fitness-Gymnastik</b> 19.00 - 20.00 Frauen SpS <b>Bodystyling</b> 19.00 - 20.00 Frauen/Männer T <b>Tischtennis</b> 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS <b>Jazz- und Moderndance</b> 20.00 - 22.00 Frauen SpS <b>Tischtennis</b> 20.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) T <b>Freizeit-Basketball</b> 20.30 - 22.00 Frauen/Männer JHW	<b>Leichtathletik</b> 17.30 - 19.00 10-16 Jahre (m/w) S Ros <b>Pilates</b> 18.00 - 19.00 Frauen/Männer SpS <b>Spiel und Spaß für Alle</b> 18.00 - 19.30 ab 10 Jahre (m/w) T <b>Bauch - Rücken - Stretching intensiv</b> 19.00 - 20.00 (m/w) SpS <b>Prellball</b> 19.30 - 22.00 Jugend/Erwachsene (m/w) T <b>Ju-Jutsu</b> 20.00 - 22.00 Jugend/Erwachsene (m/w) SpS <b>Leichtathletik</b> 20.30 - 22.00 ab 16 Jahre (m/w) W LRS	<b>Tischtennis</b> 17.00 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) T <b>Tischtennis</b> 17.30 - 19.00 Anfänger (m/w) LRS <b>Zirkeltraining</b> 19.00 - 20.00 Frauen/Männer T <b>Tischtennis</b> 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS <b>Freizeit-Hallenfußball</b> 19.30 - 21.00 Frauen/Männer ZS <b>Senioren-Gymn. / Prellball</b> 20.00 - 22.00 Männer T	<b>Line Dance</b> 20.00 - 21.00 Frauen/Männer - Anfänger SpS <b>Line Dance</b> 21.00 - 22.00 Frauen/Männer - Fortgeschr. SpS	
<b>Fitness / Gymnastik</b> <b>Ju-Jutsu</b> <b>Prellball / Ballspiele</b> <b>Reha-Sport</b>	<b>Tanzsport</b> <b>Tischtennis</b> <b>Turnen</b>				<b>Sonntag</b> <b>Tanzkreis</b> ③ 17.45 - 19.00 Frauen/Männer T	
T = Turnhalle SpS = Sportsaal Ros = Rosegger-Sportplatz ZS = Ziehenschule			JHW = Johann-Hinrich-Wichernschule LRS = Ludwig-Richter-Schule EG = Emmausgemeinde IGS = IGS Eschersheim		FLS = Fried-Lübbecke-Schule S = Sommer W = Winter	
			<b>Probestunden sind jederzeit möglich!</b>		Aktuelles sowie Informationen über unsere Workshops finden Sie auf unserer Homepage <a href="http://www.turnverein-eschersheim.de">www.turnverein-eschersheim.de</a> . Auskunft gibt auch gerne unsere Geschäftsstelle unter: <b>069 / 521214</b>	
① Psychomotorik: Kurssystem und Sonderzahlung. Voranmeldung erforderlich. ② Workshop „Rücken-Aktiv“ muss vorher besucht werden. ③ Mit Zusatzbeitrag, beim Kreativen Kindertanz ist eine Voranmeldung erforderlich. ④ Gerätturnen nur in Absprache mit den Übungsleitern						