

TVE-Übungsplan Stand 08.11.2018		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 Aufbaugruppe 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	Bodystyling	Frauen/Männer			19.00 - 20.00 T			
	Bauch - Rücken - Stretching intensiv	Frauen/Männer				19.00 - 20.00 SpS		
	Total Body Conditioning	Frauen/Männer			18.00 - 19.00 T			
	Zirkeltraining	ab 14 Jahre (m/w)					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		
Lungensport	Frauen/Männer (Di.: je 1 Std.)	13.30 - 14.30 T	9.00 - 11.00 SpS					
	Männer/Frauen (je 1 Std.)	17.00 - 21.00 SpS/T						
Ballsport	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			
	Netball	Frauen				20.30 - 22.00 IGS		
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 oder info@turnverein-eschersheim.de	
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				