

# TVE Übungsplan ab 15.04.24



## Montag

13.30 – 14.30 Uhr	<b>Lungensport</b> mit Janny	T	(*)
15.00 – 16.45 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder</b> mit Anouar u. Mahan	T	
15.30 – 16.30 Uhr	<b>Ju-Jutsu (6-10 Jahre)</b> mit Stefan	SpS	
16.30 – 18.00 Uhr	<b>Ju-Jutsu (11-16 Jahre)</b> mit Stefan	SpS	
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Herzsport 1</b> mit Stephan/ Christine	T	(*)
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Herzsport 2</b> mit Stephan/ Christine	T	(*)
18.00 – 21.00 Uhr	<b>Ju-Jutsu</b> mit Stefan	SpS	
19.00 – 20.00 Uhr	<b>Herzsport 3</b> mit Barbara	T	(*)
19.00 – 22.00 Uhr	<b>Tischtennis Erwachsene</b> mit Horst	LRS	
20.00 – 21.00 Uhr	<b>Fitnessgymnastik für Frauen</b> mit Manuela	T	
21.00 – 22.00 Uhr	<b>Fitnessgymnastik für Frauen</b> mit Manuela	T	

## Dienstag

08.45 – 09.45 Uhr	<b>Lungensport</b> mit Christine	SpS	(*)
10.00 – 11.00 Uhr	<b>Lungensport</b> mit Christine	SpS	(*)
11.00 – 12.00 Uhr	<b>Eltern-Kind-Turnen (1,5-3 Jahre)</b> mit Willi	T	
11.15 – 12.15 Uhr	<b>Hatha Yoga 50+</b> mit Barbara	SpS	(+)
14.30 – 15.15 Uhr	<b>Kinderturnen 1 (3-6 Jahre)</b> mit Dani	T	(*)
15.00 – 16.00 Uhr	<b>Ju-Jutsu (6-10 Jahre)</b> mit Lucie	SpS	(*)
15.20 – 16.05 Uhr	<b>Kinderturnen 2 (3-6 Jahre)</b> mit Dani	T	(*)
16.00 – 17.30 Uhr	<b>Ju-Jutsu (11-16 Jahre)</b> mit Lucie	SpS	(*)
16.10 – 16.55 Uhr	<b>Kinderturnen 3 (3-6 Jahre)</b> mit Dani	T	(*)
16.30 – 19.00 Uhr	<b>Tischtennis Kinder/Mannschaft</b> mit Sebastian u. Jakob	LRS	
17.00 – 17.45 Uhr	<b>Kinderturnen 4 (3-6 Jahre)</b> mit Dani	T	(*)
17.30 – 18.30 Uhr	<b>Rücken-Yoga</b> mit Kannan	SpS	(+)
18.00 – 20.00 Uhr	<b>Leistungsriege Turnen</b> mit Willi u. Isi	T	
18.45 – 19.45 Uhr	<b>Zumba</b> mit Yomaira	SpS	(+)
20.00 – 21.00 Uhr	<b>Pilates</b> mit Andrea	SpS	(+)
20.00 – 21.15 Uhr	<b>Fitness-Gymnastik</b> mit Mathias	T	
21.15 – 22.30 Uhr	<b>Freizeit-Hallenfußball</b> mit Christian	T	

## Mittwoch

08.45 – 9.45 Uhr	<b>Fitness-Gymnastik</b> mit Dani	T	
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Gymnastik für Ältere</b> mit Lilo	SpS	
10.00 – 11.00 Uhr	<b>Fitness-Gymnastik</b> mit Dani	T	
10.45 – 11.45 Uhr	<b>Gymnastik für Ältere</b> mit Daniela	SpS	
14.00 – 14.55 Uhr	<b>Psychomotorik (3-6 Jahre)</b> mit Annette u. Dani	SpS	(+)
14.30 – 16.30 Uhr	<b>Leistungsriege Turnen</b> mit Willi	T	(*)
15.00 – 15:50 Uhr	<b>Kreativer Kindertanz (4-6 Jahre)</b> mit Gloria	SpS	(*)
16.00 – 16.55 Uhr	<b>Funky- Jazz (7-11 Jahre)</b> mit Gloria	SpS	(*)
16.30 – 17.45 Uhr	<b>Jungenturnen (6-10 Jahre)</b> mit Willi u. Isi	T	(*)
17.30 – 19.00 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Mannschaft</b> mit Anouar	LRS	
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Total Body Conditioning</b> mit Bettina	T	
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Slow Gym-Fitness für Frauen</b> mit Branka	SpS	
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Lichtschwertkampf (ab 16 Jahre)</b> mit Stefan	BS	
18.00 – 19.30 Uhr	<b>Leichtathletik (ab 16 Jahre)</b>	Ros	
18.30 – 19.30 Uhr	<b>Feldenkrais Online</b> mit Christa	Zoom	
19.00 – 20.00 Uhr	<b>Bodystyling</b> mit Bettina	T	
19.00 – 22.00 Uhr	<b>Tischtennis Erwachsene</b> mit Horst	LRS	
19.00 – 20.00 Uhr	<b>Slow Gym- Fitness für Frauen</b> mit Branka	SpS	
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Freizeit-Tischtennis/Erwachsene</b>	T	
20.15 – 22.15 Uhr	<b>JMC- Formation My Dance Style</b> mit Emeel	SpS	(+)



### Donnerstag

14.00 – 14.55 Uhr	<b>Psychomotorik (5-8 Jahre)</b> mit Annette u. Dani	SpS	(+)
15.00 – 16.15 Uhr	<b>Mädchenturnen (6-9 Jahre)</b> mit Annette u. Dani	T	(*)
15.10 – 16.00 Uhr	<b>Eltern-Kind-Turnen 1 (1,5-3 Jahre)</b> mit Janny	SpS	(*)
16.00 – 16.50 Uhr	<b>Eltern-Kind-Turnen 2 (1,5-3 Jahre)</b> mit Janny	SpS	(*)
16.00 – 17.30 Uhr	<b>Leichtathletik (6-10 Jahre)</b>	Ros	(*)
16.30 – 17.55 Uhr	<b>Mädchenturnen (9-14 Jahre)</b> mit Annette u. Dani	T	(*)
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> mit Claudia	SpS	
17.30 – 19.00 Uhr	<b>Leichtathletik (10-16 Jahre)</b>	Ros	(*)
18.00 – 19.30 Uhr	<b>Spiel und Spaß für Alle (ab 10 Jahre)</b> mit Willi	T	
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Pilates</b> mit Christine	SpS	(+)
19.00 – 20.00 Uhr	<b>Bauch-Rücken-Stretching</b> mit Bettina	SpS	
19.30 – 21.00 Uhr	<b>Work hard, play hard (ab 16 Jahre)</b>	T	
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Prellball</b> mit Ralf, Holger und Arthur	T	
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Ju-Jutsu</b> mit Sascha	SpS	

### Freitag

07.30 – 08.30 Uhr	<b>Early-Bird-Yoga</b> mit Astrid	SpS	(+)
10.00 – 11.00 Uhr	<b>Aktiv 100</b> mit Daniela	EG	
13.30 – 14.30 Uhr	<b>Fitness-Gymnastik</b> mit Dani	T	
15.00 – 15.50 Uhr	<b>Eltern-Kind-Turnen (1,5-3 Jahre)</b> mit Franzi	SpS	(*)
15.00 – 17.00 Uhr	<b>Aufbaugruppe Turnen (5-7 Jahre)</b> mit Dani	T	
15.00 – 17.00 Uhr	<b>Leistungsriege Turnen</b> mit Willi	T	
16.00 – 16.50 Uhr	<b>Kreativer Kindertanz (4-6 Jahre)</b> mit Cora	SpS	(*)
17.00 – 17.55 Uhr	<b>Funky-Jazz (7-11 Jahre)</b> mit Cora	SpS	(*)
17.15 – 19.15 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Mannschaft</b> mit Sebastian u. Dirk	T	
17.30 – 19.00 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Mannschaft</b> mit Horst u. Anouar	LRS	
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Jazz/Hip- Hop- Tanz (12-15 Jahre)</b> mit Vianne	SpS	
19.00 – 22.00 Uhr	<b>Tischtennis Erwachsene</b> mit Horst	LRS	
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Altersturner</b>	T	

### Samstag

09.00 – 10.30 Uhr	<b>Yoga am Samstag</b> mit Sujatha	SpS	(+)
09.30 – 10.30 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Jugendl. Gr. C</b> mit Mahan	T	
10.45 – 12.15 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Jugendl. Gr. B</b> mit Mahan u. Jakob	T	
12.00 – 14.00 Uhr	<b>Ju-Jutsu (Kinder u. Jugendliche)</b> nach Absprache mit Mascha	SpS	(*)
12.30 – 16.00 Uhr	<b>Tischtennis für Kinder/Jugendl. Gr. A</b> mit Sebastian u. Jakob	T	

### Sonntag

15.00 – 17.00 Uhr	<b>JMC- Formation My Dance Style</b> mit Emeel	T	(+)
17.00 – 21.00 Uhr	<b>JMC- Formation My Dance Style</b> mit Emeel	SpS	(+)
18.15 – 19.45 Uhr	<b>Paartanzgruppe: Traumtänzer</b> mit Lisa	T	(+)

### Sportstätten:

T = Turnhalle TVE (Eingang Maybachstr. 14)  
 SpS = Spiegelsaal TVE (Eingang Maybachstr. 14)  
 LRS = Ludwig-Richter-Schule (Hinter den Ulmen 10)  
 BS = Bettinaschule (Feuerbachstraße 37)  
 Ros = Rosegger- Sportplatz (Eschersheimer Landstr. 328)  
 EG = Emmaugemeinde (Alt Eschersheim 22)

(\*) für dieses Angebot gibt es momentan keine freien Plätze- eine Schnupperstunde ist darum leider nicht möglich  
 (+) für dieses Angebot erheben wir einen Zusatzbeitrag

## Wir freuen uns auf Dich!



Du bist noch kein Mitglied, oder möchtest ein Angebot neu ausprobieren? Bitte frage per E-mail die jeweils Verantwortlichen nach einer Probestunde.

### Kontakte:

<b>Ju-Jutsu + Lichtschwert für Erw.:</b>	<a href="mailto:ju-jutsu@turnverein-eschersheim.de">ju-jutsu@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Leichtathletik für Kinder u. Erw.:</b>	<a href="mailto:leichtathletik@turnverein-eschersheim.de">leichtathletik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Rehasport (Herz und Lunge)</b>	<a href="mailto:rehasport@turnverein-eschersheim.de">rehasport@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Tanzen für Kinder und Erw.:</b>	<a href="mailto:tanzen@turnverein-eschersheim.de">tanzen@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Tischtennis für Kinder u. Erw.:</b>	<a href="mailto:tischtennis@turnverein-eschersheim.de">tischtennis@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Turnen für Kinder u. Jugendliche:</b>	<a href="mailto:turnen@turnverein-eschersheim.de">turnen@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Andrea:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Annette:</b>	<a href="mailto:turnen@turnverein-eschersheim.de">turnen@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Astrid:</b>	<a href="mailto:panta-rhei-concepts@web.de">panta-rhei-concepts@web.de</a>
<b>Barbara:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastikg@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastikg@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Bettina:</b>	<a href="mailto:rbtschesch@gmx.de">rbtschesch@gmx.de</a>
<b>Branka:</b>	<a href="mailto:branka.mayer@alice-dsl.net">branka.mayer@alice-dsl.net</a>
<b>Christa:</b>	<a href="mailto:christa.klusch@t-online.de">christa.klusch@t-online.de</a>
<b>Christian:</b>	<a href="mailto:ballsport@turnverein-eschersheim.de">ballsport@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Christine:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastikg@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastikg@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Claudia:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Dani/ Gymnastik-Angebote:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Dani/ Turn-Angebote:</b>	<a href="mailto:turnen@turnverein-eschersheim.de">turnen@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Daniela:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Lilo:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Manuela:</b>	<a href="mailto:alemanu@gmx.de">alemanu@gmx.de</a>
<b>Mathias:</b>	<a href="mailto:msh3@web.de">msh3@web.de</a>
<b>Max:</b>	<a href="mailto:leichtathletik@turnverein-eschersheim.de">leichtathletik@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Ralf, Holger, Arthur:</b>	<a href="mailto:ballsport@turnverein-eschersheim.de">ballsport@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Sujatha:</b>	<a href="mailto:sujatha.upf@gmail.com">sujatha.upf@gmail.com</a>
<b>Willi:</b>	<a href="mailto:turnen@turnverein-eschersheim.de">turnen@turnverein-eschersheim.de</a>
<b>Yomaira:</b>	<a href="mailto:fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de">fitnessundgymnastik@turnverein-eschersheim.de</a>

**Turnverein Eschersheim 1895 e.V.**

Maybachstr. 14

60433 Frankfurt am Main

069- 52 12 14

[info@turnverein-eschersheim.de](mailto:info@turnverein-eschersheim.de)

Stand: 10.05.2024