

Übungsort: große Halle

Hallenbelegung Stand 23.10.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
08:00									
09:00			Reinigung					09:00	
09:30								09:30	
10:00	Reinigung				Pamperszwerge (1-2 Jahre) Jutta				10:00
10:30								10:30	
11:00									11:00
11:30					Reinigung			11:30	
12:00								12:00	
12:30								12:30	
13:00					Reinigung			13:00	
13:30								13:30	
14:00		Schulprojekt Tischtennis-AG 14:15-17:00	Badminton 14:15-15:45 Schul-AG						14:00
14:30					Badminton Schul-AG			14:30	
15:00	Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre) Jutta				Die Turnfrösche (ab 6 Jahre) Tina				15:00
15:30								15:30	
16:00			Turnmäuse (ab 4 J.)Carina			Tischtennis Nachwuchs Jugend/Schüler	Badminton Schüler + Jugend	Eltern-Kind- Badminton *	
16:30							16:30		
17:00		Tischtennis Nachwuchs Jugend/Schüler Verbandsspiele	Badminton Schüler + Jugend						17:00
17:30							17:30		
18:00	Badminton Fortgeschrittene				Badminton Leistungsgruppe			18:00	
18:30	Schüler + Jugend							18:30	
19:00			Fitness-/Skigymn. Hildegard&Günther					19:00	
19:30		Tischtennis Erwachsene Verbandsspiele		Tischtennis Erwachsene Verbandsspiele				19:30	
20:00	Badminton Anfänger		Badminton Erwachsene			Badminton Erwachsene			20:00
20:30	Erwachsene								20:30
21:00								21:00	
21:30								21:30	
22:00								22:00	

* wenn nicht anders belegt

Übungsort: Gymnastiksaal

Hallenbelegung Stand 23.10.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
08:00									
09:00	Reinigung		Reinigung		Reinigung			09:00	
09:30								09:30	
10:00		Fit in den Tag Fit- nessgym. <i>Ingeborg</i>	Funkt.Training 60+ - für Körper und Geist <i>Gabi</i>	Fremdnutzung Schreiber					10:00
10:30								Tischtennis freies Training	10:30
11:00			Reinigung						11:00
11:30						11:30			
12:00							12:00		
12:30						Fremdnutzung ITTV	12:30		
13:00							13:00		
13:30							13:30		
14:00	Fröhlicher Tanzkreis 14:00-15:30 <i>Moni/Sylwia</i>							14:00	
14:30				Aktiv bis 100 Gr. 1				14:30	
15:00			Fremdnutzung ITTV	<i>Gabi</i>				15:00	
15:30								15:30	
16:00			Fremdnutzung ITTV	Aktiv bis 100 Gr. 2				16:00	
16:30				<i>Gabi</i>	Rückenfitness +			16:30	
17:00		Tischtennis Nachwuchs			Entspannung <i>Carmen</i>			17:00	
17:30					16.30-17.45		17:30		
18:00	Gymnastik Frauen <i>Andrea</i>		Verbandsspiele	Rückenfitness <i>Ingeborg/Vera</i>	90 min. Fitnessmix (Cardio, Pilates, Relax & Stretch) <i>Ursula</i>	Tischtennis Nachwuchs Verbandsspiele 17.45-19:45		18:00	
18:30							18:30		
19:00	BauchBeineRücken <i>Po Carmen</i>	Tischtennis Erwachsene Verbandsspiele	Bodyfit <i>Ingeborg/Vera</i>					19:00	
19:30							19:30		
20:00				Systema Kampfsport <i>Kai</i>	Tischtennis Erwachsene	Nachwuchs ab 20.00 Erwachsene Verbandsspiele		20:00	
20:30							20:30		
21:00							21:00		
21:30							21:30		
22:00							22:00		

* ausgezeichnet mit dem Pluspunkt DTB

Bereich	Übungsgruppe	Alter / Level	Tag	Uhrzeit	Übungsleitung	Kontakt
Kinderturnen/-tanz Jugendliche	Pamperszwerge	1-2 Jahre	Donnerstag	10.00 - 11.00	Jutta Gais	666 72 50
	Eltern-Kind-Turnen	2-4 Jahre	Montag	15.30-16.30	Jutta Gais	666 72 50
	Turnmäuse	ab 4 Jahre	Mittwoch	16.00-17.00	Carina Nitzing/Karla Ohnheiser	0157-86245806
	Die Turnfrösche	ab 6 Jahre	Donnerstag	15.00-16.30	Tina Kalski	35 10 14 56
		Level				
Gymnastik Fitness	Gymnastik Frauen	leicht	Montag	18.00 - 19.00	Andrea Raineri	35 07 83
	Bauch Beine Rücken Po	mittel bis fordernd	Montag	19:00 - 20:00	Carmen Simon	35 60 27
	Fit in den Tag Fitnessgymnastik	mittel	Dienstag	10.00 - 11.00	Ingeborg Horbert	35 10 18 90
	Rückenfitness	leicht	Mittwoch	18.00 - 19.00	Ingeborg Horbert/Vera Wolf	35 10 18 90/06198-95 20
	Fitnessgymnastik/im Winter: Skigymnastik	leicht bis mittel	Mittwoch	19.00 - 20.00	Hildegard & Günther Schlarb	06107-98 88 57
	Bodyfit	mittel	Mittwoch	19.00 - 20.00	Ingeborg Horbert/Vera Wolf	35 10 18 90/06198-95 20
	90 min. Fitnessmix (Cardio, Pilates, Relax & Stretch)	fordernd	Donnerstag	18.00 - 19.30	Ursula Wagner	06107 - 18 78
	Rückenfitness + Entspannung	leicht	Freitag	16.30 - 17.45	Carmen Simon	35 60 27
Fitness-Workout (August-Gräser-Schule)	mittel bis fordernd	Freitag	19.00 - 20.00	Ursula Wagner	06107 - 18 78	
		Level				
Senioren + Seniorentanzen	Fröhlicher Tanzkreis	leicht bis mittel	Montag	14.15 - 15 30	Moni Tropp/Sylvia Geelhar	156 277 72 / 26011320
	Funkt, Training 60+ - für Körper, Geist und Seele	leicht	Mittwoch	10.00 - 11.00	Gabi Borrometi	935 40 283
	Aktiv bis 100 Gruppe 1	leicht	Donnerstag	14:30 - 15:30	Gabi Borrometi	935 40 283
	Aktiv bis 100 Gruppe 2	leicht	Donnerstag	15.00 - 16.00	Gabi Borrometi	935 40 283
		Alter				
Kampfsport	Systema Kampfkunst	Jugendliche/Erwachsene	Mittwoch	20:00-22:00	Kai Schuster	0179 - 4608396
		Alter				
Badminton	Badminis	ab 8 Jahre	Mittwoch/Freitag	Schul-AG	Jens Kamburg / Sascha Kunert	0172-93 52 293 / 069-96863986 0172-6555526
	Schüler + Jugend	Anfänger	Mittwoch	17:00 - 19:00		
			Freitag	16:30 - 18:30		
		Fortgeschrittene	Montag	18:00 - 20:00		
			Freitag	16:30 - 18:30		
		Leistungsgruppe	Montag	18:00 - 20:00		
			Freitag	18:15 - 20:15		
	Eltern-Kind	alle	Samstag	16:00 - 18:00		
	Erwachsene	Anfänger / Fortgeschrittene	Montag	20:00 - 22:00		
	Erwachsene	Mannschaftstraining	Mittwoch	20:00 - 22:00		
	Erwachsene	Anfänger / Fortgeschrittene	Freitag	20:15 - 22:15		
		Alter				
Tischtennis	Tischtennis-AG	Minna-Specht-Schule 1. Klasse bis 3. Klasse	Dienstag	Tischtennis-AG 15:30 - 17:00	Volker Lehr (C-Trainer)	0171-8601593
	Schüler B + C	Fortgeschrittene	Dienstag	17:00 - 19:30	Timo Senzel (C-Trainer)	0176-30378182
		Leistungstraining	Freitag	18:00 - 19:30	Timo Senzel (C-Trainer)	0176-30378182
	Jugend / Schüler A	Fortgeschrittene	Dienstag	17:00 - 19:30	Volker Lehr (C-Trainer)	0171-8601593
	Nachwuchs (allg. Ansprechpartner)	Leistungstraining	Donnerstag	16:30 - 19:30	Volker Lehr (Jugendwart)	0173-9518033
Erwachsene	ab 18 Jahre			Dirk Felmeden (Abteilungsleiter)	0177-19 71 458	
Volleyball August-Gräser-Schule	Hobbyspieler	alle !!	Freitag	20.00 - 22.00	Dirk Felmeden (Abteilungsleiter)	0177-19 71 458
Walking	Offener Walkingtreff. Nur im Sommer!		Mittwoch	19.00 - 20.00	ohne Übungsleiter	
Wandern	jeden 3. Samstag im Monat (mit Fahrgemeinschaft)	alle !! Ca. 10 km	Samstag	10 Uhr	Ingeborg Horbert	35 10 18 19
		Alter			Ingeborg Horbert	35 10 18 19
Schießsport	KK-Gewehr Standard + Auflage	ab 14 / 56 Jahre	Samstag	n.Vereinbarung	Heinz Günter Weil	35 76 73
	Pistole Klein/Großkaliber	ab 14 / 18 Jahre	Samstag	n.Vereinbarung	Markus Piekarsky	47 86 61 13
	Laufende Scheibe KK	ab 14 Jahre	Samstag	n.Vereinbarung	Udo Schellenberger / H.Krause	0173-3104978
	Laufende Scheibe LG	ab 12 Jahre	Montag + Donnerstag	16/19:00 - 21:00	Helmut Krause	06104-61381
	Luftgewehr / Luftpistole	ab 12 Jahre	Montag + Donnerstag	16/19:00 - 21:00	Helmut Krause / Udo Sch.	06104-61381
	Luftgewehr / Luftpistole Auflage	ab 56 Jahre	Montag + Donnerstag	19:00 - 21:00	Siegfried Kroll	0178-6744443
	Vorderladergewehr	ab 18 Jahre	Samstag	n.Vereinbarung	Heinz Günter Weil	35 76 73
					Stand: 23.10.2017	