

Übungsstunden der Turnabteilung des TV 1885 Schifferstadt

Stand: 01.01.2020

| Tag | Wo | Wann | Gruppe | ÜL | Telefon |
|------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Montag | Gymnastikhalle Nord | 16.15 - 17.30 Uhr | Seniorengymnastik | Bärbel Laforce | 06235/1281 |
| | Turnhalle Nord | 17.30 - 18.30 Uhr | Mädchen+Jungen 4-6 Jahre | Regina Jung | 06235/920285 |
| | Turnhalle Nord | 19.00 - 20.30 Uhr | Fitnessstraining und Power-Pilates für Frauen | Traudl Willems | 06234/1665 |
| | | 20.30 - 22.00 Uhr | Tanzgruppe Champus | | |
| | Neue Kreissporthalle (Rebounding Kurse) | 20.00 - 20.45 Uhr | Rebounding - Kraft für den Beckenboden | Sylvia Zukrigl | 06235/929064 |
| 20.45 - 21.30 Uhr | | Rebounding - Fitnessstraining für höchste Ansprüche | | | |
| Neue Kreissporthalle | 20.00 - 21.30 Uhr | Step-Aerobic + Bodystyle | Marion Renner-Scheid | 0 62 35/8 23 53 | |
| Dienstag | Turnhalle Süd | 16.15 - 17.15 Uhr | Mädchen + Jungen 4-6 Jahre | Tanja Philipp, Alexandra Wenz | 06235/457576, 06235/457964, |
| | Turnhalle Süd | 17.15 - 18.30 Uhr | Mädchen 6-8 Jahre | Traudl Willems | 06234/1665 |
| | Turnhalle Süd | 18.30 - 19.45 Uhr | Mädchen ab 9 Jahren | Silvia Ottinger | 06235/4910499 |
| | | | | Jeannette Kohl | 06235/493477 |
| Turnhalle Süd | 20.00 - 21.30 Uhr | Frauengymnastik ab 40 | Annesuse Lill | 06235/81108 | |
| Mittwoch | Gymnastikhalle Süd | 16.15 - 17.30 Uhr | Kraftvoll durch Pilates für Kinder 3 - 4 Jahre: | Regina Neumann | 06236/61976 oder 0176-42087098 |
| | Turnhalle Süd | 16.30 - 18.30 Uhr | Jungen ab 6 Jahre | Horst Schlindwein | 06236/8503 |
| | | 18.30 - 20.00 Uhr | Jungen ab 8 Jahre | | |
| | Stadion von Apr-Okt | 17.30 - 20.00 Uhr | Sportabzeichen | Martin Kriesamer | 06235/98080 |
| Waldfesthalle/WD-Halle | 18.00 - 19.30 Uhr | Walking / Nordic-Walking | Christa Spickermann + Reinhard Hickl | 06235/6808 | |
| Donnerstag | Turnhalle Nord | 16.15 - 17.45 Uhr | "Räuberleiter" für Kinder 4 -6 Jahre | Tina Schlosser | 06235/9296497 |
| | Turnhalle Süd | 16.15 - 17.45 Uhr | Seniorengymnastik | Theo Kessler | 06235/6910 |
| | Gymnastikhalle Süd (Rebounding Kurse) | 19.00 - 19.45 Uhr | Rebounding - Kraft für den Beckenboden | Sylvia Zukrigl | 06235/929064 |
| | | 19.45 - 20.30 Uhr | Rebounding - Schmerzfrei bei Osteoporose | | |
| | | 20.30 - 21.15 Uhr | Rebounding - Effektives Gesamtkörpertraining | | |
| Gymnastikhalle Nord | 20.00 - 21.30 Uhr | "Bodyfeeling - Core Training/Antara" | Carmen Schuck | 06235/98871 | |
| Alte Kreissporthalle | 20.00 - 21.30 Uhr | Herz-Sport-Gruppe | Elke Sturm / Elke Heinrich / Kai Embacher | 06235/7608 + 06232/8776809 + 06326/701898 | |
| Freitag | Turnhalle Nord | 15:00 - 16:15 Uhr | Bewegungsbaustelle Flohzirkus (Kinder von 1-2 Jahren) | Elke Saal | 06235/9293525+015170805759 elkesaal@aol.com |
| | | 16:15 - 17:30 Uhr | | | |
| | Turnhalle Süd | 16:00 - 17:00 Uhr | Eltern-Kind-Turnen (Kinder ab 2 Jahren) | Christine Thiel/Marion Maier/Mona Büchöl | 06235/929735+06235/6447+0176-23743442 |
| | | 17:00 - 18:00 Uhr | | | |
| | Turnhalle Süd | 18:00 - 20:00 Uhr | Jungen ab 8 Jahre | Horst Schlindwein | 06236/8503 |
| Turnhalle Süd | 20:00 - 22:00 Uhr | Wirbelsäulengymn./Rückenschule für Männer+Ballspport | Reinhard Hickl | 06235/6808 | |
| Alte Kreissporthalle | 19:00 - 20:15 Uhr | Fitnessstraining für Frauen und Männer | Ute Herrmann | 06235/7357 | |