



# Trainingszeiten



Tag	Beginn	Ende	Ort	Sparte	Alter	Übungsleiter
Mo.	09:00			Walken Anfänger	18 +	Elke Verzagt
	18:00		LS	Walken (ab Herbstferien)	18 +	Antje Meese
	18:00		FD	Walken (ab Osterferien)	18 +	Antje Meese
	16:00	17:00	TAdT	Kickboxen Kinder		
	17:00	18:00	TAdT	Reha Orthopädie		Karl-Heinz Klein
Di.	14:30	15:30	TAdT	Eltern-Kind-Turnen	2 - 3	Veronica Dohmann
	15:30	17:00	TAdT	Kleinkinderturnen	3 - 5	Veronica Dohmann
	17:00	18:30	TAdT	Kinderturnen	6 - 9	Stephanie Hüsekens
	17:00	18:30	Ka	Leichtathletik (ab Herbstferien)	9 +	Michelle Dötzer
	17:00	18:30	LS	Leichtathletik (ab Osterferien)	9 +	Michelle Dötzer
	17:30	19:00	GR	Oriental. Tanz	18 +	Editha Hengst
	18.45	19:45	TAdT	Bauch-Beine-Po (Kursangebot)		Pia Kazmierczak
	20:00	21:00	GR	Step-Aerobic (Kursangebot)	16 +	Monika Schürzeberg
	20:00	22:00	TAdT	Kickboxen	14 +	Marcel Schürzeberg
Mi.	13:30	15:00	TAdT	Seniorinnen (ab Herbstferien)		Haidrun Köpp
	16:00	17:00	TAdT	Lungenfunktionssport		Karl-Heinz Klein
	17:00	18:00	TAdT	Reha Orthopädie		Karl-Heinz Klein
	18:00		LS	Walking (ab Herbstferien)		Antje Meese
	18:00		FD	Walking (ab Osterferien)		Antje Meese
	18:00	20:00	TAdT	Boxen		Isa Ulubaev
	20:00	21:30	CH	Volleyball mixed	16 +	Sebastian Schmitt
Do.	15:30	16:30	TAdT	Kickboxen Kinder	8 +	Isa Ulubaev
	16:00	17:00	TAdT	Reha Orthopädie		Karl-Heinz Klein
	16:30	18:00	TAdT	Inline-Skating	4 +	Jan Rose
	16:30	18:00	CH	Leichtathletik (ab Herbstferien)	6 +	Antje Meese
	16:45	17:45	TAdT	Funktionsgymnastik		Beate Dahl
	17:00	18:30	LS	Leichtathletik (ab Osterferien)	6 +	Monika Schürzeberg
	18:00	19:15	TAdT	Seniorengymnastik (ab Herbstferien)	18 +	Haidrun Köpp
	18:00	19:00	TAdT	Seniorengymnastik (ab Osterferien)	18 +	Haidrun Köpp
	19:15	20:15	TAdT	Kickboxen (ab Herbst- bis Osterferien)	18 +	Marcel Schürzeberg
	19:00	20:15	TAdT	Frauengymnastik (ab Osterferien)	18 +	Haidrun Köpp
20:15	21:15	TAdT	Zumba (Kursangebot)	16 +	Monika Schürzeberg	
Fr.	17:00	18:30	TAdT	Gerätturnen weiblich	10 +	zur Zeit nicht aktiv
	17:00	18:30	TAdT	Jugendturnen	10 +	Stephanie Hüskes
	18.30	20:00	TAdT	Jugend-Volleyball	14 +	Stephanie Hüskes
	20:00	21:00	TAdT	Fitness für Erwachsene	18 +	Hans Schürzeberg
	20:00	22:00	BBS	Badminton	10 +	Thomas Richter
Sa.	15:00	17:00	TAdT	Boxen	18 +	Marcel Schürzeberg
	18:00	20:00	TAdT	Kickboxen	18 +	Marcel Schürzeberg
So.	17:00	19:00	TAdT	Kickboxen	18 +	Marcel Schürzeberg

TAdT	- Turnhalle "An den Teichen"
GR	- Gymnastikraum Turnhalle "An den Teichen"
CH	- Camphalle Wilhelmstraße
LS	- Liebigstadion
BBS	- Berufsschulhalle Von-Langen-Allee
Ka	- Turnhalle Grundschule Karlstr.
FD	- Forster Damm