



# Trainingszeiten

Tag	Beginn	Ende	Ort	Sparte	Alter	Übungsleiter
Mo.	09:00	10:00		Walking	18+	Elke Verzagt
	14:30	15:10	GR	K1 Kindertraining	6-9	Viktoriiia Yashchenko
	15:20	16:00	GR	K1 Kindertraining	10-14	Viktoriiia Yashchenko
	15:30	17:00	TAdT	Eltern-Kind-Turnen	1-3	Veronica Dohmann
	16:00	17:00	GR	BJJ Kids	9-14	Fiona Pohl
	17:00	18:30	GR	BJJ NoGi	14+	Marcel Schürzeberg
	17:15	18:15	TadT	Yoga (Kursangebot)	16+	Pia Kazmierczak
	18:30	20:00	GR	K1	14+	Evgenij Bratan
	19:45	21:00	TAdT	Fitness für Erwachsene	18+	Antje Meese
Di.	15:30	17:00	TAdT	Kleinkinderturnen	3 - 5	Veronica Dohmann
	17:00	18:30	TAdT	Kinderturnen	6 - 9	Stephanie Hüskes
	17:00	18:30	Ka	Leichtathletik (Winter)	9+	Lena Timmermann
	17:00	18:30	LS	Leichtathletik (Sommer)	9+	Lena Timmermann
	17:30	18:15	LH	Funktionstraining	18+	Martin Kaschke
	18:00	19:30	GR	K1	14+	Marcel Schürzeberg
	18:15	19:00	LH	Reha Sport	18+	Marianne Koch
	18:45	19:45	LH	Herzsport	18+	Heiko Zufall
	19:00	19:45	LH	Reha Sport	18+	Marianne Koch
	19:30	20:30	GR	Krafttraining HIIT	14+	Marcel Schürzeberg
Mi.	15:00	15:40	GR	K1 Kindertraining	6-9	Alina Schnauder
	15:50	16:30	GR	K1 Kindertraining	10-14	Alina Schnauder
	16:30	18:00	TAdT	Sommerbiathlon	12+	Andreas Timmermann
	18:00	19:30	GR	BJJ Gi	14+	Marcel Schürzeberg
	19:15	20:00	WH	Bauch-Beine-Po (Kurs)	16+	Luisa Weissbrich
	20:00	20:45	WH	Step-Aerobic (Kurs)	16+	Luisa Weissbrich
	20:00	21:30	WH	Volleyball mixed	16+	Jasmin Zammit / Robby Höer
Do.	14:00	15:00	TAdT	Seniorengymnastik	18+	Haidrun Köpp
	16:30	18:00	TAdT	Inline-Skating	6+	Jan Rose
	16:30	18:00	WH	Leichtathletik (Winter)	6+	Antje Meese
	17:00	18:30	LS	Leichtathletik (Sommer)	6+	Monika Schürzeberg
	17:00	18:00	GR	Funktionstraining	18+	Beate Dahl
	19:00	20:00	TAdT	Frauengymnastik	18+	Kristin Kunz
	18:15	20:15	GR	Krafttraining Hypertrophie	14+	Marcel Schürzeberg
	19:45	20:45	HB	Reha Wassergymnastik	18+	Christiane Kniffki
	20:15	21:15	TAdT	Zumba (Kursangebot)	16+	Monika Schürzeberg
Fr.	16:00	17:30	GR	BJJ NoGi	14+	Marcel Schürzeberg
	17:00	18:00	TadT	Jugendturnen	10+	Stephanie Hüskes
	17:30	19:00	GR	K1	14+	Marcel Schürzeberg
	18.30	20:00	TAdT	Jugend-Volleyball	14+	Mike Bohne

TAdT	Turnhalle an den Teichen	WH	Wilhelmstraße	Ka	Gs Karlstraße	LS	Stadion Liebigstraße
GR	Gymnastikraum - TAdT	BBS	Berufsschule	LH	Liebighalle (nicht Stiebel Eltron)	HB	Hallenbad Holzminden