

März 2020

TV Hangelar 1962 e.V. - Übungsstundenplan

März 2020

Eltern-Kind	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Krabbelturnen (bis 18 Monate)	Jennifer Walterscheid	Familienzentrum St. Anna	14:30-15:15 15:15-16:00						
									<i>Beide Gruppen sind voll belegt. Die Übungsleiter führen eine Warteliste!</i>
Eltern-Kind-Turnen Minis (1,5-4 Jahre) Midis (2-4 Jahre)	Susanne Gerlach	Zeppelinstraße		09:55-10:55 14:45-15:45					
									<i>Die Gruppe ist voll belegt. Warteliste durch Übungsleiter!</i>
Purzelzwerge Kleinkinder in Bewegung (1,5 bis einschließlich 3 Jahre)	Heike Schwab Katrin Lindemann Anna Hörstrup	Udetstraße					15:00-16:00 16:00-17:00 17:00-18:00		<i>Gruppen sind voll belegt. Die Übungsleiter führen eine Warteliste!</i>
Mädchen & Jungen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Kleinkinderturnen 4-6 Jahre	Sonja Kretschmer Carl Stromann	Udetstraße	16:00-17:30						
									<i>Die Gruppe ist voll belegt. Die Übungsleiter führen eine Warteliste!</i>
Kleinkinderturnen 4-5 Jahre 5-6 Jahre	Sylvia Lenz Marion Roos Julia Franz Leif Dreeser, Katharina Schrader	Udetstraße		16:00-17:00 17:00-18:00					
									<i>Beide Gruppen sind voll belegt. Die Übungsleiter führen eine Warteliste!</i>
Mädchen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Mädchenturnen 6-8 Jahre	Marion Roos Sylvia Lenz	Zeppelinstraße Yvonne Melzer, Leif Dreeser	15:00-16:30						
Mädchenturnen 8-10 Jahre	Marion Roos Sylvia Lenz	Zeppelinstraße Yvonne Melzer, Leif Dreeser, Veronika Kolosova	16:30-18:00						
Mädchenturnen ab 10 Jahre	Sonja Kretschmer Jasmin Nouri	Udetstraße	17:30-19:00						

Mädchen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Leistungsturnerinnen 6-10 Jahre	Jennifer Zimmermann Nadine Koch Anna Hinterkeuser	Zeppelinstraße <i>Leonie Zimmermann</i>							
									15:30-18:00 Zur Zeit voll belegt. Warteliste durch Übungsleiter!
Leistungsturnerinnen ab 10 Jahre	Sabine Lichtenberg Aylin Achtermeyer Anna Hinterkeuser	BPOL Halle 2 <i>Miriam Worst</i>							
									18:00-20:15 Zur Zeit voll belegt. Warteliste durch Übungsleiter! (** Voranmeldung erforderlich!)
Wettkampfturnerinnen	Nadine Koch Jennifer Zimmermann	Zeppelinstraße							(Nach den Osterferien bis Herbstferien) 09:30-12:00 (Nach den Herbstferien bis Osterferien) 14:00-16:00
Turnerinnen ab 13 Jahre	Nadine Koch	Zeppelinstraße							18:00-20:00
Jungen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Jungenturnen 6-8 Jahre	Thorsten Peters Carl Stromann	Zeppelinstraße <i>Leif Dreeser, Paul Jacob, Paul Stromann, Florian Fischer (im Wechsel)</i>							16:00-17:30
Jungenturnen 9-14 Jahre	Thorsten Peters Carl Stromann	Zeppelinstraße <i>Leif Dreeser, Paul Jacob, Paul Stromann, Florian Fischer (im Wechsel)</i>							17:30-19:00
Jungenturnen leistungsorientiert, ab 12 Jahre	Thorsten Peters Tim Franz	Zeppelinstraße							18:30-20:15
Frauen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Fit ab 70 <i>Hockergymnastik, Tanz & Spiel</i>	Ute Korte Ulrike Nordstern	Zeppelinstraße							15:00-16:30
Frauen <i>Rückenschonende Problemzonen-gymnastik mit Handgeräten</i>	Sigrid Fitter	Zeppelinstraße							20:15-21:45
Fitness für Frauen <i>Rückenschonende Gymnastik</i>	Sigrid Fitter	Zeppelinstraße							08:30-10:00
Frauen 40+ <i>Fitness</i>	Irene Hildebrandt	Udetstraße							20:15-21:45
Frauen 45+ <i>Fitness-Muskelaufbau-Entspannung</i>	Renate Heck	Udetstraße							18:30-19:30
Showtanzgruppe	Laura Barann	Pfarrheim St. Anna							20:30-22:00
Bis zu drei Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - Hingehen, beim ÜL anmelden und mitmachen! (Ausser voll belegte Angebote)									

Frauen	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frauen 60+ <i>Fit und gesund</i>	Ute Korte Ursula Grothoff	Zeppelinstraße		15:45-17:15					
STEP mit Pep <i>Bodyworkout</i>	Josephine Pigulla	Udetstraße	19:00-20:30						
Präventives Beckenbodentraining	Tamara Behnke	Familienzentrum Menschenkinder					17:30-18:30 <i>(Auch in den Ferien!)</i>		
Männer	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Männersport 40+ <i>Fitness & Gymnastik</i>	Reinhold Sander	Zeppelinstraße		20:15-22:00					
Jedermann-Turnen	Hugo Schlichenmeier	BPOL Halle 2 **		20:00-22:00					
Seniorenturnen 65+	Werner Kopitz	Udetstraße			17:00-18:30				
Frauen & Männer	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gymnastik	Waltraud Lenke	Zeppelinstraße	19:00-20:15						
Wirbelsäulengymnastik	Reinhold Sander	BPOL Halle 2 **	19:00-20:15						
Er & Sie 50+	Renate Heck	Zeppelinstraße		17:15-18:30					
Fitness	Iris Reimann	Udetstraße		19:00-20:15					
Zumba für alle	Juliane Jordan	Zeppelinstraße	18:00-19:00						
Zumba Special Teens ab 10		Udetstraße		18:00-19:00		18:30-19:30			
Hatha-Yoga	Marion Petersen	Waldorfschule		18:00-19:00	17:00-18:00				
Entspannung für Körper und Geist	Edith Sachsenweger	Udetstraße					18:00-18:30		<i>ab24.04.2020</i>
Cali - Selbstverteidigung	Jan Kok	Udetstraße			19:30-21:30				
www.tvhangelar.de - Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - info@tvhangelar.de									

Badminton	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Mixed - Freizeitgruppe	Mathias Hoder	BPOL Halle 2 **	20:15-21:30	<i>(** Voranmeldung erforderlich!)</i>					
Volleyball	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Damen - Landesliga 2	Mirco Weyden	SZ Niederpleis/H.6 RSG - Halle 3	18:30-20:30	Halle zZ gesperrt, es gibt einen Notplan, Auskunft durch Übungsleiter					
Mixed I - Landesliga 1	Ronald von Rekowski	Zeppelinstraße				20:00-22:00			
Mixed II - Kreisklasse	Jürgen Vollmöller	Zeppelinstraße			18:00-20:00				
Hobby Mixed	Jürgen Vollmöller	Zeppelinstraße			20:00-22:00				
Volleyballspieltreff	Tamara Behnke	Zeppelinstraße					19:00-22:00		
Outdoorangebote	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Boule / Pétanque	Wolfgang Nelius	Sportplatz Hangelar		14:30-16:30				14:30-16:30	
Leichtathletik- & Sportabzeichen-Treff für Jedermann	Hugo Schlichenmeier Andreas Müller Maria Königsfeld	Sportplatz Hangelar		18:00-19:30	<i>(Nach Ostern bis Herbstferien)</i>				
Nordic Walking-Treff	Josephine Pigulla	OGGS Pleiser Wald (Parkplatz)		16:00-17:30					
Walking-Treff	Josephine Pigulla	Sportplatz Hangelar (Parkplatz)		16:30-17:30					
Wandern	Maria & Michael Feldhaus u.a.			Haus der Nachbarschaft oder ÖPNV Hangelar Ost				Monatlich im Wechsel	
<i>Termine siehe Publikationen Geschäftsstelle, Schaukästen, Zeitungen und www.tvhangelar.de -> Wandern</i>									
** Bei Angeboten in der Bundespolizei (BPOL) melden Sie sich bitte vorher bei der betreffenden Übungsleitung zwecks Sicherheitsüberprüfung durch die BPOL und Eintrag in die Teilnehmerliste an! Der Zutritt ist nur dann und nur in Verbindung mit einem amtlichen Ausweis möglich.									
Bis zu drei Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - Hingehen, beim UL anmelden und mitmachen! (Ausser voll belegte Angebote)									
www.tvhangelar.de - Mit Spaß dabei! - info@tvhangelar.de									