

**Bitte beachten:**

Aufgrund der gelockerten Corona - Schutzbestimmungen findet auch in den Hallen wieder Sport statt.

Infos hierzu im Internet unter [www.tvhangelar.de](http://www.tvhangelar.de) oder bei den Übungsleitungen. Einige Gruppen führen eine Warteliste. Bitte nehmen Sie immer Kontakt mit der jeweiligen Übungsleitung auf (unterstrichenen Namen anklicken und Sie landen auf der jeweiligen E-Mail-Adresse)

Juni 2021

# TV Hangelar 1962 e.V. - Übungsstundenplan

Juni 2021

<b>Eltern-Kind</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
--------------------	-----------------	-------------	--------------	--------	----------	----------	------------	---------	---------	---------

<b>Krabbelturnen</b> <i>(bis 18 Monate)</i>	<a href="#">Jennifer Walterscheid</a>			14:30-15:15						
				15:15-16:00						

<b>Eltern-Kind-Turnen</b>										
Minis <i>(1,5-4 Jahre)</i>	<a href="#">Susanne Gerlach</a>	Zeppelinstraße	1		09:55-10:55					
Midis <i>(2-4 Jahre)</i>	Carla Jacob		1		14:45-15:45					

<b>Purzelzwerge</b>										
Kleinkinder in Bewegung <i>(1,5 bis einschließlich 3 Jahre)</i>	<a href="#">Heike Schwab</a>	Udetstraße	1					15:00-16:00		
	<a href="#">Katrin Lindemann</a>		2					16:00-17:00		
			1					17:00-18:00		

<b>Mädchen &amp; Jungen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
-----------------------------	-----------------	-------------	--------------	--------	----------	----------	------------	---------	---------	---------

<b>Kleinkinderturnen</b> <i>4-6 Jahre</i>	<a href="#">Sonja Kretschmer</a> Carla Jacob, Katharina Schrader	Udetstraße	1	16:00-17:30						
--	---	------------	---	-------------	--	--	--	--	--	--

<b>Kleinkinderturnen</b> <i>4-6 Jahre</i>  <i>(1,5 bis einschließlich 3 Jahre)</i>	<a href="#">Sylvia Lenz</a> Leif Dreeser, Anna Hörstrup	Udetstraße	1		16:15-17:30					
---	--	------------	---	--	-------------	--	--	--	--	--

<b>Mädchen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
----------------	-----------------	-------------	--------------	--------	----------	----------	------------	---------	---------	---------

<b>Mädchenturnen</b> <i>6-8 Jahre</i>	<a href="#">Marion Roos</a> Sylvia Lenz, Julia Franz, Leif Dreeser	Zeppelinstraße	1	15:00-16:30						
--	---	----------------	---	-------------	--	--	--	--	--	--

<b>Mädchenturnen</b> <i>8-10 Jahre</i>	<a href="#">Marion Roos</a> Sylvia Lenz, Julia Franz, Leif Dreeser, Veronika Kolosova	Zeppelinstraße	2	16:30-18:00						
---	--	----------------	---	-------------	--	--	--	--	--	--

<b>Mädchenturnen</b> <i>ab 10 Jahre</i>	<a href="#">Sonja Kretschmer</a> Jasmin Nouri	Udetstraße	2	17:30-19:00						
--	--	------------	---	-------------	--	--	--	--	--	--

[www.tvhangelar.de](http://www.tvhangelar.de) - *Mit Spaß dabei!* - [info@tvhangelar.de](mailto:info@tvhangelar.de)

<b>Mädchen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Leistungsturnerinnen</b> <i>6-10 Jahre</i>	<a href="#">Jennifer Zimmermann</a> <a href="#">Nadine Koch</a> <a href="#">Anna Hinterkeuser</a>	Zeppelinstraße Leonie Zimmermann, Carina Dönnebrink, Mia Korte	1			15:30-18:00				
<b>Leistungsturnerinnen</b> <i>ab 10 Jahre</i>	<a href="#">Sabine Lichtenberg</a>	Zeppelinstraße Aylin Achtermeyer, Anna Hinterkeuser, Miriam Worst	1		18:30-20:15					
<b>Wettkampfturnerinnen</b>	<a href="#">Nadine Koch</a> <a href="#">Jennifer Zimmermann</a>	Zeppelinstraße	1 1				(Nach den Osterferien bis Herbstferien) (Nach den Herbstferien bis Osterferien)	09:30-12:00 14:00-16:00		
<b>Turnerinnen</b> <i>ab 13 Jahre</i>	<a href="#">Nadine Koch</a>	Zeppelinstraße	1				18:00-20:00			
<b>Jungen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Jungenturnen</b> <i>6-8 Jahre</i>	<a href="#">Paul Jacob</a>	Zeppelinstraße Leif Dreeser, Paul Stromann	1					16:00-17:15		
<b>Jungenturnen</b> <i>9-14 Jahre</i>	<a href="#">Paul Jacob</a>	Zeppelinstraße Leif Dreeser, Paul Stromann	2					17:30-18:45		
<b>Jungenturnen</b> <i>leistungsorientiert, ab 12 Jahre</i>	<a href="#">Tim Franz</a>	Zeppelinstraße Paul Stromann	2		18:30-20:15					
<b>Frauen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Fit ab 70</b> <i>Hockerymnastik, Tanz &amp; Spiel</i>	<a href="#">Ute Korte</a> Ulrike Nordstern	Zeppelinstraße	1				15:00-16:30			
<b>Frauen</b> <i>Rückenschonende Problemzonen-gymnastik mit Handgeräten</i>	<a href="#">Gabriele Kriese-Elfgen</a>	Zeppelinstraße	1	20:15-21:45						
<b>Frauen 40+</b> <i>Rückenschonende Gymnastik</i>	<a href="#">Sigrid Fitter</a>	Zeppelinstraße	1	08:30-10:00						
<b>Fitness für Frauen ab 35</b> <i>Bauch Beine Po mit Kreislauftraining</i>	<a href="#">Daniela Krämer</a>				20:15-21:45					
<b>Frauen 45+</b> <i>Fitness-Muskelaufbau-Entspannung</i>	<a href="#">Renate Heck</a>	Udetstraße	2			18:30-19:30				
<b>Showtanzgruppe</b>	<a href="#">Laura Barann</a>	Pfarrsaal St. Anna			20:30-22:00					
<b>Bis zu drei Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - Hingehen, beim ÜL anmelden und mitmachen! (Ausser voll belegte Angebote)</b>										

<b>Frauen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Frauen 60+</b> <i>Fit und gesund</i>	<a href="#">Ute Korte</a> Ursula Grothoff	Zeppelinstraße	2		15:45-17:15					
<b>STEP mit Pep</b> <i>Bodyworkout</i>	<a href="#">Josephine Pigulla</a>	Udetstraße	1	19:00-20:30						
<b>Präventives Beckenbodentraining</b>	<a href="#">Tamara Behnke</a>	Familienzentrum Menschenkinder						17:30-18:30 <i>(Auch in den Ferien!)</i>		
<b>Männer</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Männersport 40+</b> <i>Fitness &amp; Gymnastik</i>	<a href="#">Reinhold Sander</a>	Zeppelinstraße	2		20:15-22:00					
<b>Jedermann-Turnen</b>	<a href="#">Hugo Schlichenmeier</a>	Zeppelinstraße	2				16:30-18:00			
<b>Seniorenturnen 65+</b>	<a href="#">Werner Kopitz</a>	Udetstraße	1			17:00-18:30				
<b>Frauen &amp; Männer</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Gymnastik</b>	<a href="#">Waltraud Lenke</a>	Zeppelinstraße	2	19:00-20:15						
<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	<a href="#">Reinhold Sander</a>	AEG	Halle 5	19:00-21:00						
<b>Er &amp; Sie 50+</b>	<a href="#">Renate Heck</a>	Zeppelinstraße	1		17:15-18:30					
<b>Fitness</b>	<a href="#">Iris Reimann</a>	Udetstraße	1		19:00-20:15					
<b>Zumba für alle</b>	<a href="#">Juliane Jordan</a>	Zeppelinstraße Udetstraße	1 2	18:00-19:00	18:00-19:00		18:30-19:30			
<b>Hatha-Yoga</b>	<a href="#">Anna Zajonz-Bielicki</a>	Waldorfschule			18:00-19:00					<i>Der Kurs findet zZ nicht statt!</i>
<b>Hatha-Yoga</b>	<a href="#">Anna Zajonz-Bielicki</a>	Waldorfschule				17:00-18:00				<i>Rücksprache mit Übungsleitung notwendig</i>
<b>Yoga-Balance</b>	<a href="#">Anna Zajonz-Bielicki</a>	Udetstraße	2				16:00-17:30			
<b>Entspannung für Körper und Geist</b>	<a href="#">Edith Sachsenweger</a>	Waldorfschule						18:00-19:30		<i>Rücksprache mit Übungsleitung notwendig</i>
<b>Cali - Selbstverteidigung</b>	<a href="#">Jan Kok</a>	Udetstraße	1			19:30-21:30				
<b>www.tvhangelar.de - Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - info@tvhangelar.de</b>										

<b>Badminton</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Mixed - Freizeitgruppe</b>	<a href="#">Mathias Hoder</a> <a href="#">Matthias Kretschmer</a>	RSG, Halle Nr. 3				18:00-20:00	<b>zZ bitte vorab Kontakt mit Übungsleiter aufnehmen</b>			
<b>Volleyball</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Mixed I - Landesliga 1</b>	<a href="#">Senta Haas</a>	Zeppelinstraße	2				20:00-22:00			
<b>Mixed II - Kreisklasse</b>	<a href="#">Jürgen Vollmöller</a>	Zeppelinstraße	2			18:00-20:00				
<b>Hobby Mixed</b>	<a href="#">Jürgen Vollmöller</a>	Zeppelinstraße	1			20:00-22:00				
<b>Outdoorangebote</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Umkleideraum	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Boule / Pétanque</b>	<a href="#">Wolfgang Nelius</a>	Sportplatz Hangelar			14:30-16:30		14:30-16:30		14:30-16:30	
<b>Leichtathletik- &amp; Sportabzeichen-Treff für Jedermann</b>	<a href="#">Hugo Schlichenmeier</a> <a href="#">Andreas Müller</a> <a href="#">Maria Königsfeld</a>	Sportplatz Hangelar			18:00-19:30 (Nach Ostern bis Herbstferien)					
<b>Nordic- / Walking-Treff</b>	<a href="#">Josephine Pigulla</a>	OGGS Pleiser Wald (Parkplatz)			16:00-17:30					
<b>Wandern</b>	<a href="#">Maria &amp; Michael Feldhaus u.a.</a>				Parkplatz ÖPNV Hangelar Ost					Monatlich im Wechsel
<i>Termine siehe Publikationen Geschäftsstelle, Schaukästen, Zeitungen und <a href="http://www.tvhangelar.de">www.tvhangelar.de</a> -&gt; Wandern</i>										
<b>** 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.</b>										
<b>Interesse? Bitte immer vorher bei den Übungsleitungen über E-Mail anmelden</b>										
<b><a href="http://www.tvhangelar.de">www.tvhangelar.de</a> - Mit Spaß dabei! - <a href="mailto:info@tvhangelar.de">info@tvhangelar.de</a></b>										