

**Übungsplan  
des  
TV Hangelar**

April 2022

# TV Hangelar 1962 e.V. - Übungsstundenplan

April 2022

<b>Eltern-Kind</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Krabbelturnen</b> <i>(bis 18 Monate)</i>	<a href="#">Sandra Franz</a>	Familienzentrum St. Anna	14:30-15:15 15:15-16:00						
<b>Eltern-Kind-Turnen</b> Minis <i>(1,5-4 Jahre)</i>	<a href="#">Dayana Richter-Bernburg</a>			09:55-10:55					
Midis <i>(2-4 Jahre)</i>	Sarah Richter, Julia Ziegenhals <a href="#">Sandra Braun</a>	Zeppelinstraße		14:45-15:45					
	Katharina Schrader								
<b>Purzelzwerge</b> Kleinkinder in Bewegung <i>(1,5 bis einschließlich 3 Jahre)</i>	<a href="#">Leonard Riede</a> <a href="#">Heike Schwab</a> <a href="#">Anja Gerken</a>	Udetstraße					15:00-16:00 16:00-17:00 17:00-18:00		
	Jens Gerken								
<b>Krabbelzwerge</b> Kleinkinder <i>(6 bis 15 Monate)</i>	<a href="#">Heike Schwab</a>	Sportzentrum St. Augustin Granthamallee 27		9:00 - 10:30					
<b>Mädchen &amp; Jungen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Kleinkinderturnen</b> <i>4 - 6 Jahre</i>	<a href="#">Sonja Kretschmer</a> Viktoria Schrader	Udetstraße	16:00-17:30						
<b>Kleinkinderturnen</b> <i>4 - 6 Jahre</i>	<a href="#">Sylvia Lenz</a>	Udetstraße		16:00-17:00					
<i>4 - 6 Jahre</i>	Leif Dreeser, Anna Hörstrup, Nika Franz	Udetstraße		17:00-18:00					
<b>Mädchen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Mädchenturnen</b> <i>6-8 Jahre</i>	<a href="#">Marion Roos</a> Sylvia Lenz, Julia Franz, Anastasia Morlock, Daniela Krämer	Zeppelinstraße	15:00-16:30						
<b>Mädchenturnen</b> <i>8-10 Jahre</i>	<a href="#">Marion Roos</a> Sylvia Lenz, Julia Franz, Anastasia Morlock, Daniela Krämer	Zeppelinstraße	16:30-18:00						
<b>Mädchenturnen</b> <i>ab 10 Jahre</i>	<a href="#">Sonja Kretschmer</a> Jasmin Nouri	Udetstraße	17:30-19:00						

<b>Mädchen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Fit &amp; Fun for Girls</b> <i>10 - 14 Jahre</i>	<a href="#">Daniela Krämer</a>	Udetstraße				17:30-18:30			
<b>Leistungsturnerinnen</b> <i>6-10 Jahre</i>	<a href="#">Aylin Achtermeyer</a> <a href="#">Nadine Koch</a>	Zeppelinstraße Leonie Zimmermann, Carina Dönnebrink, Mia Korte			15:30-18:00				
<b>Leistungsturnerinnen</b> <i>ab 10 Jahre</i>	<a href="#">Sabine Lichtenberg</a>	Zeppelinstraße		18:30-20:15					
<b>Wettkampfturnerinnen</b>	<a href="#">Nadine Koch</a> <a href="#">Jennifer Zimmermann</a> <a href="#">Aylin Achtermeyer</a>	Zeppelinstraße				(Nach den Osterferien bis Herbstferien) 09:30-12:00 (Nach den Herbstferien bis Osterferien) 13:30-16:00			
<b>Turnerinnen</b> <i>ab 13 Jahre</i>	<a href="#">Nadine Koch</a> <a href="#">Jennifer Zimmermann</a> <a href="#">Aylin Achtermeyer</a>	Zeppelinstraße				18:00-20:00			
<b>Jungen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	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, Nils Dirksen					16:00-17:30		
<b>Jungenturnen</b> <i>9-14 Jahre</i>	<a href="#">Paul Jacob</a>	Zeppelinstraße Leif Dreeser, Paul Stromann					17:30-19:00		
<b>Jungenturnen</b> <i>leistungsorientiert, ab 12 Jahre</i>	<a href="#">Tim Franz</a>	Zeppelinstraße Paul Stromann		18:30-20:15					
<b>Frauen</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Fit ab 70</b> <i>Hockergymnastik, Tanz &amp; Spiel</i>	<a href="#">Ute Korte</a>	Zeppelinstraße Ulrike Nordstern				15:00-16:30			
<b>Frauen 40+</b> <i>Rückenschonende Gymnastik</i>	<a href="#">Sigrid Fitter</a>	Zeppelinstraße	08:30-10:00						
<b>Fitness für Frauen ab 35</b> <i>Bauch Beine Po mit Kreislauftraining</i>	<a href="#">Daniela Krämer</a>	Udetstraße		20:15-21:45					
<b>Frauen 45+</b> <i>Fitness-Muskelaufbau-Entspannung</i>	<a href="#">Renate Heck</a>	Udetstraße			18:30-19:30				
<b>Showtanzgruppe</b>	<a href="#">Laura Barann</a>	Pfarrheim 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	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Frauen 60+</b> <i>Fit und gesund</i>	<a href="#">Ute Korte</a> Ursula Grothoff	Zeppelinstraße		15:45-17:15					
<b>STEP mit Pep</b> <i>Bodyworkout</i>	<a href="#">Josephine Pigulla</a>	Udetstraße	19:00-20:30						
<b>Präventives Beckenbodentraining</b>	<a href="#">Tamara Behnke</a>	Familienzentrum Menschenkinder					17:30-18:30	Teilnahme nur nach Rücksprache mit Übungsleitung	
<b>Männer</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Männersport 40+</b> <i>Fitness &amp; Gymnastik</i>	<a href="#">Reinhold Sander</a>	Zeppelinstraße		20:15-22:00					
<b>Jedermann-Turnen</b>	<a href="#">Joachim Töter</a>	Zeppelinstraße					16:30-18:00		
<b>Seniorenturnen 65+</b>	<a href="#">Herbert Heinze</a>	Udetstraße			17:00-18:30				
<b>Frauen &amp; Männer</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Gymnastik</b>	<a href="#">Waltraud Lenske</a>	Zeppelinstraße	19:00-20:15						
<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	<a href="#">Reinhold Sander</a>	AEG	19:00-21:00						
<b>Er &amp; Sie 50+</b>	<a href="#">Gabi Kröniger</a>	Zeppelinstraße		17:15-18:30					
<b>Fitness</b>	<a href="#">Iris Reimann</a>	Udetstraße		19:00-20:15					
<b>Zumba für alle</b>	<a href="#">Juliane Jordan</a> Katharina Neeb, Jacqueline Seiler	Zeppelinstraße Udetstraße	18:00-19:00	18:00-19:00		18:30-19:30			
<b>Pilates</b>	<a href="#">Nicole Bahn-Dyas</a>	Haus der Nachbarschaft					10:00-11:00	nur mit Anmeldung!	
<b>Pilates</b>	<a href="#">Nicole Bahn-Dyas</a>	Pfarrheim St. Anna		19:30-20:30				nur mit Anmeldung!	
<b>Yoga-Balance</b>	<a href="#">Anna Zajonz-Bielicki</a>	Udetstraße					16:00-17:30		
<b>Entspannung für Körper und Geist</b>	<a href="#">Edith Sachsenweger</a>	Waldorfschule	17:00-19:00						
<b>www.tvhangelar.de - Schnupperstunden sind bei uns kostenlos! - info@tvhangelar.de</b>									

<b>Badminton</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Cali - Selbstverteidigung</b>	<a href="#">Jan Kok</a>	Udetstraße							<i>Rücksprache mit Übungsleitung notwendig</i>
<b>Mixed - Freizeitgruppe</b>	<a href="#">Mathias Hoder</a> <a href="#">Matthias Kretschmer</a>	RSG Halle3			17:00-18:00				
<b>Volleyball</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Mixed I - Landesliga 1</b>	<a href="#">Senta Haas</a>	Zeppelinstraße				20:00-22:00			
<b>Mixed II - Kreisklasse</b>	<a href="#">Jürgen Vollmöller</a>	Zeppelinstraße			18:00-20:00				
<b>Hobby Mixed</b>	<a href="#">Jürgen Vollmöller</a>	Zeppelinstraße			20:00-22:00				
<b>Outdoorangebote</b>	Übungsleiter/in	Sportstätte	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>									