



TV Jahn Hiesfeld e.V. Turnabteilung				Übungsplan						Stand: 21.11.2018	
				Sommer nach den Osterferien		Winter nach den Herbstferien				Übungsleiter / in Trainer	
		Pos	Gruppe	Tag	Uhrzeit	Übungsstätte	Uhrzeit	Übungsstätte			
1	Abenteuer Turnhalle	1.1.	Kleinstkinder (m. Eltern) 1 - 2 Jahre	Donnerstag	15.00 - 16.30	Kita Kirchstr.11	15.00 - 16.30	Kita Kirchstr.11	*Silvia Heckmann Anmeldung erforderlich unter Tel. 02064 94991		
				Freitag	9.00 - 10.30	Kita Dickerstr. 4	9.00 - 10.30	Kita Dickerstr. 4			
				Freitag	10.45 - 12.15	Kita Dickerstr. 4	10.45 - 12.15	Kita Dickerstr. 4			
				Freitag	9.00 - 10.30	Kita Weyerskamp	9.00 - 10.45	Kita Weyerskamp			
	Abenteuerplatz Turnhalle	1.2.	Kleinkinder (o. Eltern) 4 - 6 Jahre Kleinkinder (m. Eltern) 2 - 4 Jahre	Mittwoch	15.00 - 16.00	Halle Weyerschule	15.00 - 16.00	Halle Weyerschule		Gisella Gericke	
				Mittwoch	16.00 - 17.00	Halle Weyerschule	16.00 - 17.00	Halle Weyerschule		Gisella Gericke	
	1.3.	Kleinkinder (o. Eltern) 4 - 6 Jahre Kleinkinder (m. Eltern) 2 - 4 Jahre	Dienstag	16.00 - 17.00	Halle Weyerschule	16.00 - 17.00	Halle Weyerschule	* Silvia Heckmann			
			Dienstag	17.00 - 18.00	Halle Weyerschule	17.00 - 18.00	Halle Weyerschule	* Silvia Heckmann			
2	Sport - Spiel - Spaß für Kinder u. Jugendliche	2.1.	Mädchen 5 - 8 Jahre Mädchen 8 - 14 Jahre	Dienstag	17.00 - 18.00	Neue Halle GHZ (Halle 1)	17.00 - 18.00	Alte GHZ Halle (Halle 1)	Isabell Instenberg, Fabienne Lang, Sabine Enders Jochen Meister Sabine Enders, Lukas Vancek		
				Dienstag	17.00 - 18.00	Neue Halle GHZ (Halle 3)	17.00 - 18.00	Alte GHZ Halle (Halle 2)			
	Dienstag	17.00 - 18.00	Neue Halle GHZ (Halle 2)	17.00 - 18.00	Alte GHZ Halle (Halle 3)						
	Dienstag	18.00 - 19.00	Neue Halle GHZ (Halle 3)	18.00 - 19.00	Alte GHZ Halle (Halle 2)						
Völkerball	2.5.	Mädchen 6 - 9 und 10 - 13 Jahre	Dienstag	18.00 - 19.00	Neue Halle GHZ (Halle 3)	18.00 - 19.00	Alte GHZ Halle (Halle 2)				
3	Gerätturnen	3.1.	Turnerinnen 6 - 14 Jahre alt Turnerinnen 6 - 14 Jahre alt Turnerinnen 6 - 14 Jahre alt Turnerinnen und Turner, Jugendliche und erw. Tui und Tu	Montag	18.00 - 19.30	Halle Weyerschule	18.00 - 19.30	Halle Weyerschule	Isabell Instenberg, Fabienne Lang, Jana Thiele Edeltraud Kleczka, Jochen Meister, Nico Meister, Alexander Struck		
				Dienstag	18.00 - 19.30	Halle Weyerschule	18.00 - 20.00	Alte GHZ Halle (Halle 1)			
				Freitag	18.30 - 20.00	Halle Weyerschule	18.30 - 20.00	Halle Weyerschule			
				Montag	18.00 - 19.30	Halle Weyerschule	18.00 - 19.30	Halle Weyerschule			
				Freitag	18.30 - 20.00	Halle Weyerschule	18.30 - 20.00	Halle Weyerschule			
4	Leichtathletik	4.1.	"LA-Bambinis" 5-10 J., Allgemein Jugendliche, 8-12 J., Wettkämpfer Jugendliche, 12 J.u. älter, Wettkämpfer "LA-Bambinis" 5 Jahre u. älter, Allgemein	Montag	17.00 - 18.30	Stadion	17.00 - 18.00	alte GHZ Halle	Bärbel Loosemann, Heiderose Tews Birgit Würzler-Schaunig Verena Meister, Joey Nitsche Lukas Gummel Maike Schaunig		
				Montag	17.00 - 18.30	Stadion	17.00 - 18.30	Halle Hühnerheide			
				Donnerstag	17.00 - 18.30	Stadion	17.00 - 18.30	Halle Hühnerheide			
				Montag	18.30 - 20.00	Stadion	18.30 - 20.00	Halle Hühnerheide			
				Donnerstag	18.30 - 20.00	Stadion	18.30 - 20.00	Halle Hühnerheide			
	Lauftreff	4.6.	Erwachsene und Jugendliche (für geübte 10.000 m-Läufer / innen)	Mo. / So. >	Montag 18.30	v. 1. April - 31. Oktober	Sonntag 10.30	1. November - 31. März	Wilfried Wiacker Rückfragen / Anmeldung unter Tel: 02064 95765		
				Mittwoch	18.30	Treff: ganzjährig. Parkplatz am Rotbachsee / Schützenhaus					
5	Sportabzeichen	4.7.	Schüler/innen / Jugendl. / Erwachsene	Dienstag	17.30	Stadion	nach den Osterferien bis zu den Herbstferien	----	Renate Westermann, Sabine Püll		
6	Damen	6.1.	Fit, flott, fröhlich durchs leben Fit forever (Präventionssport) Body-Styling Fit in Haltung u. Bewegung Koordination, Kraft und Muskeltraining Fit bis ins hohe Alter	Mittwoch	18.30 - 19.30	Halle Stadion	18.30 - 19.30	Halle Stadion	Christel Dickmann, Bettina Krupp * Sigrid Baldy u. *Renate Drechsler Silke Bordin Sabine Püll Sabine Püll, *Katja Kahl-Lhotak Sabine Püll		
				Mittwoch	20.00 - 21.30	Halle Weyerschule	20.00 - 21.30	Halle Weyerschule			
				Montag	20.00 - 21.30	Halle Weyerschule	20.00 - 21.30	Halle Weyerschule			
				Montag	20.00 - 21.30	Halle Stadion	20.00 - 21.30	Halle Stadion			
				Dienstag	9.15 - 10.15	Halle Stadion	9.15 - 10.15	Halle Stadion			
				Donnerstag	10.00 - 11.00	Halle Stadion	10.00 - 11.00	Halle Stadion			
7	Herren	7.1.	Jedermanngruppe, Männer ab 20 J. Sport für Jedermann	Donnerstag	20.00 - 21.30	Halle Hühnerheide	20.00 - 21.30	Halle Hühnerheide	Michael Fleige		
				Freitag	19.00 - 20.30	Halle Stadion	19.00 - 20.30	Halle Stadion	Holger Rübsamen		
8	Damen & Herren	8.1.	Seniorengruppe, Frauen u. Männer Aerobic und Step-Aerobic Sie und Er, Partnergruppe Zumba Gold und Zumba Power	Montag	17.00 - 18.00	alte GHZ Halle	17.00 - 18.00	alte GHZ Halle	Elsa Mercamp		
				Mittwoch	20.00 - 21.30	Halle Hühnerheide	20.00 - 21.30	Halle Hühnerheide	Silke Bordin		
				Mittwoch	10.00 - 11.30	Halle Stadion	10.00 - 11.30	Halle Stadion	Günter Scheberg		
				Donnerstag	17.00 - 19.00	Halle Stadion	17.30 - 19.30	Halle Stadion	Yvonne Nitsche		

9	Kurse	9	Kurse: Siehe Seite - 2 - ↓↓					Änderungen	
TV Jahn Hiesfeld e.V. Turnabteilung Stand 21.11.2018				Übungsplan Seite - 2 -					
			Sommer <i>nach den Osterferien</i>			Winter <i>nach den Herbstferien</i>			Übungsleiter / in Trainer
	Pos	Gruppe	Tag	Uhrzeit	Übungsstätte	Uhrzeit	Übungsstätte		
9	9.1.	50 Plus,	entfällt auf unbestimmte Zeit		Halle Stadion			* Iris Obecný, Tel. 02064 94855	
	9.2.	Meditative Bewegung und Entspannung	Dienstag		KITA Kirchstr. Ev. Gmh.	16.30 - 17.30	KITA Kirchstr Ev. Gmh.	Manfred Müller-Knappeide mnk@achtsam.ruhr	
	9.3.	Bewegt jung bleiben, Stuhlgymnastik	Donnerstag	16.00 - 17.00	HEWAG, Seniorenstift	16.00 - 17.00	HEWAG, Seniorenstift	* Sigrid Baldy, Elsa Mercamp	
	9.4.	Laufkurse	Vorkurs Anfang des Jahres, anschließend Fortsetzungskurs und evtl 2. Kurs im Herbst, auf Anfrage						Wilfried Wiacker Rückfragen / Anmeldung unter Tel: 02064 95765
	9.5.	Woggingkurse	Vorkurs Anfang des Jahres, anschließend Fortsetzungskurs und evtl 2. Kurs im Herbst, auf Anfrage						Elke Hirschberg, Handy: 0160 94 47 01 33 ab 16.00 Uhr
	9.6.	Walkingkurs	Freitag			9.00 - 10.00	Trampelpunkt: Parkplatz am Rotbachsee/Schützen haus	Volker Manns Anmeldung Tel. 02064 95451, Handy 0160 81 26 725	
	9.7.	Triathlon	Training innerhalb des Lauftreffs, s. Pos. 4.6.						
Kurse auf Anfrage unter www.tv-jahn-hiesfeld-breitensport.de		Abteilungsleiter: Volker Manns, 01520 17 42 629 , Mail: doc46539@web.de Sportlicher Leiter: Gerd Mercamp, Tel. 02064 90462, Mail: g.mercamp@o2online.de						* Übungsleiter / innen B Sport in der Prävention	