

Übungsstunden 2019 - TV 1902 Niederseelbach e.V.



Uhrzeit/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 - 09:30								
09:30 - 12:00								
10:00 - 10:30			Hallenboccia (09:45 - 10:45) Hanna Raab					Aikido Waffentraining (10:00 - 12:00) Thierry Riat
10:30 - 11:00								
11:00 - 11:30								
11:30 - 12:00								
12:00 - 12:30							Gerätturnen Leistungsstraining (12:00 - 15:00) Alexander Knorr Erich Maurer	Aikido (12:00 - 13:00) Freies Training
12:30 - 13:00								
13:00 - 13:30								
13:30 - 14:00								
14:00 - 14:30								
14:30 - 15:00								
15:00 - 15:30	Zwergenturnen (15:00 - 16:30) Susanne Gresch Belanna Assenheimer						Frei (15:00 - 17:00)	
15:30 - 16:00								
16:00 - 16:30			Frei					
16:30 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (16:30 - 17:30) Svea Leyendecker	Kleinkinder Gerätturnen Basistraining (17:00 - 18:00) Justus Albert	Gerätturnen Aufbautraining (16:30 - 17:30) F. v. Bargaen	Gerätturnen Aufbautraining (16:30 - 17:30) Agnes Göbel		Frei (16:00 - 18:00)		
17:00 - 17:30			Leichtathletik Sportplatz am Heideborn (17:00 - 19:00) Christian Koch	Aufbau Gerätturnen	Gerätturnen Leistungsstraining (17:30 - 18:30) A. Knorr			Wintermonate Leichtathletik (17:30 - 19:00) Sabine Assenheimer
17:30 - 18:00	Gerätturnen Leistungsstraining (18:00 - 20:00) Alexander Knorr Erich Maurer	Aerobic (18:00 - 19:00) Anila Bele					Aikido (18:00 - 19:00) Freies Training	
18:00 - 18:30								
18:30 - 19:00				Frauenturnen (19:00 - 20:00) Sabine Assenheimer		Aikido (19:00 - 21:00) Petra Schmidt		
19:00 - 19:30		Tanz & Gymnastik (19:00 - 20:00) Frauke von Bargaen						
19:30 - 20:00				Rückenfit (20:00 - 21:00) Agnes Göbel	Seniorentisch "Gute Stube" (20:00 - 21:00) Hanna Raab			
20:00 - 20:30								
20:30 - 21:00			Tanz & Fitness (20:30 - 21:30) Heike Wlodkowski					
21:00 - 21:30		Aikido (20:30 - 22:00) Petra Schmidt				Aikido (21:00 - 22:00) Freies Training		
21:30 - 22:00								