

Trainingsplan Jugend

Uhrzeit	Angebot	Ort
Montag		
15:45 – 17:00	Kinderturnen gemischt von 3,5 - 5 Jahren	Schillerschule, Teil A
17:00 – 18:15	Kinderturnen gemischt von 3,5 - 5 Jahren	Schillerschule, Teil A
16:00 – 17:15	Turnen weiblich von 5-7 Jahren	Neue Soziale MitteB/C
16:00 – 18:00	Wettkampfgruppe von 7-12 Jahren	Schulzentrum
17:00 – 18:00	Gerätturnen weibl. 4-6 Jahre, vorherige Absprache	Waldschule, kl. Teil
17:15 – 18:45	Kinderturnen männlich 5-8 Jahre	Neue Soziale Mitte, B
17:15 – 18:45	Turnen weiblich 8-9 Jahre	Neue Soziale MitteB/C
17:30 – 20:00	Jugendturnerinnen und Wettkampfturnerinnen	Schulzentrum, Teil C
Dienstag		
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen ca. 1,5 – 3,5 Jahre (Aufnahmestopp)	Neue Soziale Mitte
15:45 – 16:45	Eltern-Kind-Turnen ab ca. 2 Jahren	Schillerschule
16:45 – 17:45	Kinderturnen gemischt von 5 – 7 Jahren	Schillerschule
17:15 – 18:45	Teens-Gruppe ab 10 Jahren	Neue Soziale Mitte, C
17:00 – 18:00	Turnen männlich 7 – 10 Jahre	Waldschule, neuer Teil
18:00 – 19:15	Turnen männlich 10 Jahre und älter	Waldschule, neuer Teil
Mittwoch		
15:45 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen ab ca. 18 Monaten	Schillerschule
16:00 – 18:00	Freizeitturnerinnen (11 – 14 Jahre) und Wettkampfturnerinnen (P4/P5)	Schulzentrum, Teil C
16:00 – 18:00	Nachwuchsturnerinnen (6 – 9 Jahre) und Schulanfänger (5 – 7 Jahre)	Schulzentrum, Teil C
18:00 – 20:00	Jugend- und Wettkampfturnerinnen	Schulzentrum, Teil C
19:00 – 20:30	Gerätturnen männlich von 8 – 14 Jahren	Schulzentrum, Teil C
Donnerstag		
15:45 – 17:15	Nachwuchsturnerinnen und Schulanfänger	Schulzentrum, Teil C
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen ab ca. 2 Jahren	Schillerschule
17:00 – 18:00	Kinderturnen gemischt von 3 – 5 Jahren	Schillerschule
17:00 – 18:30	Zirkus Payaso „Zirkusflöhe“ von 6 - 7 Jahren	Schillerschule, kl. Teil
18:00 – 19:30	Zirkus Payaso „Powercats“ von 10 – 12 Jahren	Schillerschule
17:00 – 19:30	Wettkampfturnerinnen	Schulzentrum
Freitag		
16:00 – 18:00	Zirkus Payaso „Zirkusmäuse“ von 7 – 9 Jahren	Schillerschule
18:00 – 20:00	Zirkus Payaso „Zirkuslöwen“ von 12 – 14 Jahren	Schillerschule
20:00 – 21:30	Zirkus Payaso Jugend ab 15 Jahren	Schillerschule
18:30 – 20:00	Gerätturnen männlich 12+ Jahre	Schulzentrum, Teil B

Trainingsplan Erwachsene

Uhrzeit	Angebot	Ort
Montag 08:30 – 9:45 18:30 – 19:30 18:50 – 19:50 19:15 – 20:15	Fitness-Gymnastik Gymnastik Frauen Gymnastik Frauen Fitness-Gruppe	Astoriahalle Waldschule, neuer Teil Neue Soziale Mitte, Teil B Schillerschule
Dienstag 19:00 – 20:15	Fitness Frauen	Schillerschule, Teil A
Mittwoch 08:30 – 9:45 18:00 – 19:00 19:00 – 20:00 19:00 – 20:30 20:00 – 21:30 19:00 – 22:00	Fitness-Gymnastik Herzsport Übungsgruppe Herzsport Trainingsgruppe Step-Aerobic, Fortgeschrittene Gerätturnen Frauen Gerätturnen Jugend 15+ und Männer	outdoor (Wald) oder im Judoraum Astoriahalle Waldschule, neuer Teil Waldschule, neuer Teil Schillerschule, kl. Teil Schulzentrum, Teil C Schulzentrum, Teil C
Freitag 09:30 – 10:30 19:00 – 20:00 20:00 – 22:00	Gymnastik Frauen Gymnastik Frauen Freizeitsport Männer	Astoriahalle Neue Soziale Mitte, Teil C Neue Soziale Mitte, Teil C
Sonntag 10:00 – 12:30	Freizeitsport Männer	Schillerschule

Ansprechpartner:

Krabbelturnen:	Frau Lamadé: musmilam@gmx.de
Kleinkinderturnen:	Frau Ivanova: novakatyaa007@gmail.com
Kinderturnen Mädchen ab 5 Jahren:	Frau Kutscher-Wolf: kuwofitness@gmail.com Frau Mülbaier: muelbaierlis@web.de
Turnen Jungs:	Herr Kolb: kolb-walldorf@t-online.de
Wettkampfturnen:	Frau Lamadé: musmilam@gmx.de
Zirkus Payaso:	Frau Meier: zirkus.payaso@gmail.com
Erwachsene:	Frau Dohmgoergen: cdsgeturnen@gmx.de