

Unsere Sportangebote

gültig ab Oktober 2015



Sport - / Übungsart	Sportstätte / Übungszeit	Übungsleiter / in	Telefon
BBP - Gymnastik	<i>Winter: Turnhalle am Wasserturm</i> <i>Sommer: Sporthalle am Siebsberg</i>		
Gymnastik	Mi. 18:30 - 19:30	Karin Nicolai	05308 - 52 02 53
Badminton	<i>Sporthalle Siebsberg</i>		
Schüler und Jugend	Mo. 17:00 - 19:00	Peter Stiller Uwe Weingarten	05362 - 6 16 44 05361 - 38 22 13
Senioren	20:00 - 22:00	Peter Stiller	05362 - 6 16 44
Senioren	Do. 20:00 - 22:00	Martin Weingarten	05361 - 27 64 548
Freizeitsport Herren	<i>Sporthalle Siebsberg</i>		
mit Gymnastik	Fr. 18:00 - 20:00	Dieter Wenzel	05362 - 6 17 50
Freizeit - Volleyball	<i>Turnhalle am Wasserturm</i>		
mit Gymnastik	Mo. 19:00 - 22:00	Karl - Heinz Arndt	05362 - 6 18 78
Fußball	<i>Sportplätze am Wasserturm und div. Hallen</i>		
	Auskunft über Übungszeiten / Trainingsorte:		
	Andreas Pfeifer	Abteilungsleiter	0176-61250385
	Jörg Bausmann	Jugend	joerg.bausmann@tsv-ehmen.de
Gesundheitssport	<i>Geräteturnhalle Siebsberg</i>		
Wirbelsäulengymnastik	Mo. 9:00 - 10:00	Ines Haake	05362 - 5 10 66
Wirbelsäulengymnastik	10:15 - 11:15	Ines Haake	05362 - 5 10 66
Präventivgymnastik	Mi. 9:30 - 10:30	Rita Senn	05362 - 37 44
Tai - Chi	20:15 - 21:45	Angelika Meyer	05362 - 5 22 55
Fitness für Frauen	Do. 9:15 - 10:15	Karin Nicolai	05308 - 52 02 53
Pilates *)	10:30 - 12:00	NN	
Fit in Form	20:00 - 21:00	Karola Gumprecht	05362 - 6 54 83
Muskelaufbau *)	Fr. 9:00 - 10:00	Karola Gumprecht	05362 - 6 54 83
*) nach Rücksprache			
	<i>Sporthalle Siebsberg</i>		
Seniorinnen-Gymnastik	Mo. 14:00 - 15:00	Ilse Niemeyer	05362 - 5 14 35
Iron Workout	Mo. 17:45 - 19:00	Anja Dalchow	0178 - 3389760
Damen-Funktionsgym.	Mo. 19:00 - 20:00	Rita Senn	05362 - 37 44
Hot Iron	Mo. 20:00 - 21:15	Anja Dalchow	0178 - 3389760
Skigymnastik	Mi. 19:30 - 21:00	Karin Nicolai	05308 - 52 02 53
Zumba	Do. 19:00 - 20:00	Cicera Raabe	0176-57306238
Hot Iron	Do. 20:00 - 21:15	Anja Dalchow	0178 - 3389760
	<i>Turnhalle Wasserturm</i>		
Zumba Gold	Di. 09:00 - 10:00	Cicera Raabe	0176-57306238
Zumba	Di. 10:00 - 11:00	Cicera Raabe	0176-57306238
	<i>Treffpunkt vor Sporthalle Siebsberg</i>		
Walking / Nordic-Walkg.	Di. ab 8:30 Uhr	Karin Nicolai	05308 - 52 02 53
	Fr. ab 8:30 Uhr	Karin Nicolai	
*) weitere Kursangebote	Auskunft in der Geschäftsstelle		05362 - 26 00

Sport - / Übungsart	Sportstätte / Zeit	Übungsleiter / in	
Gerätturnen		<i>Geräteturnhalle Siebsberg</i>	
Mädchen	So. 13:00 - 18:00	Carina Haake	05362 -6 19 20
Mädchen	Mo. 15:00 - 17:00	Michaela Hendel	05362 -6 31 56
Jungen	17:00 - 20:00	Hans - Karl Hahn	05362 -36 39
		Konstantin Miller	05362 -93 78 01
Jugend	20:00 - 22:00	Ernst Joos	05362 -28 53
Mädchen	Di. 15:00 - 19:30	Carina Haake	05362 -6 19 20
Jungen	16:00 - 18:00	Konstantin Miller	05362 -93 78 01
Jugend	19:30 - 22:00	Ernst Joos	05362 -28 53
Mädchen	Mi. 15:00 - 19:00	Michaela Hendel	05362 -6 31 56
Jungen	17:00 - 20:00	H.-K. Hahn / K. Miller	05362 -36 39
Mädchen	Do. 15:00 - 17:00	Michaela Hendel	05362 -6 31 56
Jungen	16:00 - 18:00	Konstantin Miller	05362 -93 78 01
Jugend	17:00 - 20:00	Ernst Joos	05362 -28 53
Mädchen	Fr. 15:00 - 19:00	Carina Haake	05362 -6 19 20
Jungen	17:00 - 20:00	H.-K. Hahn / K. Miller	05362 -36 39
Kinderturnen allg.		<i>Sporthalle Siebsberg</i>	
Kinderturnen ab 3 J.	Di. 15:30 - 17:00	Lina Seiler	05362-959569
Eltern - Kind - Gruppe	Mi. 15:30 - 16:30	Lina Seiler	05362-959569
Zumba Kinder 4 -7 J.	Mi. 16:30 - 17:15	Tatiana Bastos Rodenber	0176-72237419
Zumba Kinder 8 - 12 J.	Mi. 17:15 - 18:00	Tatiana Bastos Rodenber	0176-72237419
Seniorengymnastik		<i>Sporthalle Siebsberg</i>	
Herren	Mi. 13:45 - 15:30	Helmut Bebeniß	05362 -6 19 59
	Do. 13:15 - 15:00	Helmut Bebeniß	
Sportabzeichen		<i>Sportanlagen am Wasserturm</i>	
Mai bis Oktober, nur je 1. Dienstag/Monat	Di. 17:00 - 18:30	Haike Grolla	05361 - 77 22 05
Tanzsport		<i>Turnhalle am Wasserturm</i>	
	Do. 19:30 - 21:30	Anja Helmke	05379 - 17 85
Tennis		<i>Tennishalle bzw. Freiplätze im Sommer</i>	
Hallen-/Platzbelegung	nach Plan / Vereinbarung		05362 - 6 48 96
Training	nach Plan / Vereinbg.	Petra Erkenbrecher	0151-504 400 70
Tischtennis		<i>Turnhalle am Wasserturm</i>	
Schüler und Jugend	Mo. 18.00 - 19.00	Ann-Kathrin Grenda	05362 - 47 86
Senioren	Mi. 19:30 - 22:00	Gerhard Otte	05362 - 6 59 03
Schüler und Jugend	Fr. 17:00 - 19:00	Ann-Kathrin Grenda	05362 - 47 86
Senioren	Fr. 19:00 - 22:00	Gerhard Otte	05362 - 6 59 03
Cheerleading		<i>Sporthalle Siebsberg</i>	
	Fr. 20.00 - 22.00	Mario da Silva Militao	0151-26708541
	So. 14:30 - 18:00		

01.09 2015 - NN