

Übungs- und Trainingsplan der Turnabteilung



Stand: 22.01.2020

Übungstunde	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter / in			
Turnen								
Eltern- und Kind-Turnen	m/w	bis 3 Jahre	Di	16:00 - 17:00	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Claudia Wolf/Jan Hendrik Blanke/Khadija Nazam	
Kinderturnen	m/w	3 - 6 Jahre	Di	17:00 - 18:00	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Claudia Wolf/Jan Hendrik Blanke/Khadija Nazam	
Gerätturnen weiblich	Purzelriege	w	5 - 8 Jahre	Mo	17:15 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Khadija Nazam
	Allgemeines Gerätturnen	w	8 - 10 Jahre	Mo	17:15 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Jessica Piazza
	Allgemeines Gerätturnen	w	10 - 14 Jahre	Mo	17:15 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Dr. Karin Everschor-Sitte / Matthias Sitte
	Wettkampfgerätturnen	w	5 - 16 Jahre	Di	17:15 - 19:45	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Jannik Duch / Manuela Weiler / Sirine Mouhoub
	Hinführung z. Wettkampfturnen	w	5 - 7 Jahre	Di	17:15 - 19:15	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Manuela Weiler
	Wettkampfgerätturnen	w	5 - 16 Jahre	Do	17:15 - 19:15	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Britta Waltmans/Manuela Weiler/Sirine Mouhoub
	Sondertraining	w	5 - 16 Jahre	Fr	17:00 - 19:30	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	nach Vereinbarung
Gerätturnen männlich	Wettkampfgerätturnen	w	5 - 16 Jahre	Sa	09:30 - 12:30	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	J. Duch / M. Weiler / S. Mouhoub
	Leistungsriege	m	5 - 16 Jahre	Mi	17:15 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Rote Halle	Robin Ulrich / Volkmar Schrödel
	Allgem. Turnen	m	5 - 9 Jahre	Fr	17:15 - 18:30	Gutenberg-Gymnasium	Beide Hallen	Robin Ulrich / Jannik Duch / Philipp Görge
	Leistungsriege	m	5 - 9 Jahre	Fr.	17:15 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Beide Hallen	Massum Saidi / Robin Ulrich
	Leistungsriege	m	14 - 20 Jahre	Fr.	17:15 - 21:00	Gutenberg-Gymnasium	Beide Hallen	Volkmar Schrödel / Massum Saidi
Aktive	m/w	17 - 99 Jahre	Fr	19:30 - 21:30	Gutenberg-Gymnasium	Beide Hallen	Daniel Petters / Oliver Aßelmeyer	
Turnen / Gymnastik / Spiele für Altersturner	m	55 - 99 Jahre	Fr	19:30 - 21:30	Gutenberg-Gymnasium	Beide Hallen	Daniel Petters / Oliver Aßelmeyer	
Gymnastik / Fitness / Tanz								
Seniorinnen- und Seniorengymnastik	m/w	65 - 99 Jahre	Mo	17:00 - 18:00	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Doris Vogt	
Konditionsgymnastik	m/w	ab 30 Jahre	Mo	18:00 - 19:00	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Doris Vogt	
Fitness / Bodyfit	m/w	ab 25 Jahre	Mo	19:00 - 20:30	Gutenberg-Gymnasium	Rote Halle	Johanna Weisenberger	
Er und Sie - Gymnastik	m/w	45 - 99 Jahre	Mo	20:00 - 21:30	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Marianne Schweis	
Frauen-Gymnastik	w	35 - 99 Jahre	Di	18:00 - 19:30	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Bettina Faulhaber	
Frauen Sport und Spiel	w	30 - 99 Jahre	Di	20:00 - 21:30	Ludwig-Schwamb-Schule	Halle oben	Marianne Schweis	
Frauen Bewegung und Tanz	w	18 - 99 Jahre	Di	20:00 - 21:30	Gutenberg-Gymnasium	Blaue Halle	Claudia Schultheis	
Kinder-Tanz (bis Mitte Febr.2020)	m/w	6 - 10 Jahre	Do	17:15 - 18:15	Gutenberg-Gymnasium	Rote Halle	Nadine Horn	
Leichtathletik / Sportabzeichen-Treff								
Leichtathletik	m/w	ab 10 Jahre	Mi	17:00 - 18:00	Sportplatz Schillstraße	---	Georg Krebs / Niko Croll	
Leichtathletik	m/w	ab 10 Jahre	Fr	17:00 - 18:00	Sportplatz Schillstraße	---	Georg Krebs / Niko Croll	
Sportabzeichen-Treff (Übung u. Abnahme)	m/w	8 - 99 Jahre	Mi	18:00 - 19:30	Sportplatz Schillstraße	---	Georg Krebs / Gerhard Rahnführer / Heinz Kuhn	
Rhythmische Sportgymnastik (RSG)						Leitung: Marion Sölter		
Grundschule, SWK Gruppe	w	ab 5 Jahre	Mo	17:00 - 19:00	Gutenberg-Gymnasium	Rote Halle	Sophie Saidi, Katharina Lauer	
JWK / FWK Gruppe, SWK Einzel	w		Mi	17:00 - 20:00	Windmühlenschule	---	Marion Sölter, Natalia Zayarnaya	
SWK / JWK Gruppe	w		Fr	16:30 - 19:00	Windmühlenschule	---	Marion Sölter, Sophie Saidi	
FWK Gruppe, alle Altersklassen Einzel	w		Sa	09:30 - 12:30	Windmühlenschule	---	Marion Sölter, Natalia Zayarnaya	