

Das Sportangebot des Turnvereins Hammelwarden e.V.

Stand: Mai 2019

Internet-Adresse: www.tv-hammelwarden.de

	Uhrzeit	Riege	Art des Turnens	Leitung
Montag	15.30-17.00	Eltern/Kind (2-4 Jahre)	Kinderturnen	Gabriele Lisse
	17.00-18.00	Zumba	Tanzfitness n. lateinamerikanischer Musik	Claudia Visser
	18.00-19.30	Ballgruppe	Fußball	Thorben Büsing
	18.30-19.30	Hammelwarder Sprinter	Laufen	Erika und Torsten Wertenbruch
	19.30-21.00	Frauen	Body and Soul	Marlies Wildführ
Dienstag	15.30-17.00	Fun-Girls (6-10 Jahre)	Kinderturnen	Gabriele Neese
	17.30-19.00	Gemischte Gruppe	Walking/Nordic-Walking	Britta Ringsdorf
	18.00-18.30	Sportabzeichen	Training zum Sportabzeichen	Sportabzeichenteam
	20.00-22.00	Herren	Volleyball	Torsten Wertenbruch/Wilfried Petershagen
Mittwoch	15.00-17.00	Mädchen und Jungen (ab 6 Jahre)	Trampolinturnen	Melanie van Lessen/Katja Schneider
	17.30-19.00	Frauen	Volleyball	Brunhilde Schlichting
	18.30-19.30	Hammelwarder Sprinter	Laufen	Erika und Torsten Wertenbruch
	19.00-20.00	Er und Sie	Gymnastik	Karin Loga
	20.00-21.30	Frauen	Gymnastik	Christl Bahlmann/Meike Grimsman/Britta Ringsdorf
Donnerstag	14.00-15.15	Tanz mit Meike	Halt dich fit und tanz mit	Meike Kaumanns
	15.30-17.00	Mädchen/Jungen (4-6 Jahre)	Kinderturnen	Barbara Borries/Claudia Fette/Isabel Rüthemann
	17.00-18.30	„Just for fun“	Ballspiele ab 14 Jahre	Lena Büsing/Thorben Büsing
	18.30-20.00	Mixed-Volleyballgruppe	Volleyball	Heidi Schröder
	20.00-21.30	Frauen	Gymnastik/Tanz	Karin Loga
Freitag	15.30-16.30	Stepp-Aerobic	Stepp-Aerobic mit Stärkung der Bauch-/Rückenmuskulatur	Helke Schlombs
	17.00-19.00	Herren	Hallenfußball	Jochen Borries
	19.00-20.00	Zumba	Tanzfitness n. lateinamerikanischer Musik	Claudia Visser
Samstag	15.00-17.00	„Just for fun“	Ballspiele ab 14 Jahre	Lena Büsing/Thorben Büsing
Sonntag	11.00-13.00	Powermix (ab 14 Jahre)	Ausdauertraining (Zirkeltraining, Ballspiele)	Ronny Bartels
	13.00-15.30	Fußballgruppe (ab 18 Jahre)	Fußball	Dennis Schwarting
	18.30-20.00	Silver Line Dancer	Spaß und Fit mit Line Dance	Meike Kaumanns

Mai bis August dienstags ab 18.00 Uhr Sportabzeichen-Treff