

Übungsplan TV 1858 Lindenberg e.V.

Martinstr. 3, 88161 Lindenberg, Tel. 08381/948501, e-Mail: hallo@tv1858.de

27.09.17

Breitensportgruppen Kinder/Jugendliche/Erwachsene

| | | | |
|--|------------|---|--------------------------|
| Breitensport Kinder und Jugendliche | | Info: Petra Greinwald, Tel. 801877 | |
| Eltern/Kind-Turnen | Dienstag | 17.00 - 18.15 | TH Gym unten |
| Mini-Turn-Kids (Vorschule) | Dienstag | 17.00 - 18.15 | TH Gym oben |
| Fit Kids Turnen (1. - 4. Klasse) | Mittwoch | 17.00 - 18.30 | TH Gym oben |
| Sport-Aerobic/Intouch-Team | | Info Fabienne Artenoglu Tel.8917900 | |
| Jugend und Erwachsene | Montag | 18.00 - 20.00 | Maxim.-Klinik, Scheidegg |
| | Freitag | 17.30 - 19.00 | TSZ-Halle 2 |
| Frauengruppen | | Info: Christoph Nagenrauft, Tel.941375 | |
| Rythmische Gymnastik | Dienstag | 9.30 - 10.30 | Tanzsportheim |
| Allg. Gymnastik Gruppe | Dienstag | 19.30 - 20.30 | TH Gym oben |
| Aerobik Workout | Mittwoch | 18.30 - 20.00 | TH Gym oben |
| Step-Aerobic -(kombiniert mit TSZ) | Montag | 9.00 - 10.00 | TSZ-Halle |
| Rundum Fit (Aerobik + Gymnastik) | Mittwoch | 20.00 - 21.30 | TH Gym oben |
| Männergruppen | | Info: Christoph Nagenrauft, Tel. 941375 | |
| Turngruppe 1 | Montag | 20.00 - 22.00 | TH Gym oben |
| Turngruppe 2 | Dienstag | 19.00 - 21.00 | TH Antonio-Huber |
| Turngruppe 3 | Donnerstag | 19.00 - 20.30 | TH Antonio-Huber |
| Gemischte Gruppen | | Info: Christoph Nagenrauft, Tel. 941375 | |
| Zumba-Fitness | Donnerstag | 17.00 - 18.00 | Realschule |
| Fit-Spiele/Zirkel-Training | Dienstag | 18.30 - 19.30 | TH Gym oben |
| Senioren-Gymnastik | Montag | 17.00 - 18.00 | TSA |
| Gesundheits- und Rehabilitationssport | | Ressortleiter Markus Holland Tel. 84292 | |
| Ambulante Herzsportgruppe (Teilnahme mit ärztlicher Verordnung) | Montag | 19.00 - 20.00 | Turnhalle Klinik Ried |
| Herzsportgruppe 2 (Teilnahme ohne ärztliche Verordnung) | Mittwoch | 18.30 - 20.00 | TH Gym unten |
| Rheuma-Wassergymnastik Gruppe 1 | Mittwoch | 18.00-18.45 | Hallenbad Klinik Ried |
| Rheuma-Wassergymnastik Gruppe 2 | Mittwoch | 18.45-19.30 | Hallenbad Klinik Ried |
| Lungensport | Dienstag | 18.00 - 19.00 | Praxis Holland |
| Handicap-Sportgruppe | | Info: Peter Muhra | |
| Versehrtenwassergymnastik | Mittwoch | 19.30 - 20.30 | Hallenbad Klinik Ried |
| Vereinsoffene Sportangebote von Frühjahr bis Herbst: | | | |
| Nordic Walking | Montag | Ab 9.30 | Parkplatz Gaswerk |
| Lauftreff | Dienstag | Ab 18.30 | Parkplatz Gaswerk |
| Sportabzeichentraining | Mittwoch | Ab 18.00 | Stadion |

Fach- und Wettkampfabteilungen

| | | | |
|--|------------|-------------------|----------------------------------|
| Basketball | | Abt. Leiter: | P. Jajes Tel.0176/70085028 |
| Damen | Montag | 20.00-22.00 | TH Realschule |
| Jugend ab ca. 13 Jahre | Dienstag | 19.00-20.00 | TH Realschule |
| Herrn Hobby | Dienstag | 20.00-22.00 | TH Realschule |
| Jugend bis 13 Jahre | Donnerstag | 17.00-18.30 | Gymn.Halle unten/Sommer 3-Fach |
| Jugend ab ca. 13 Jahre | Donnerstag | 18.30-20.00 | 3-fach-Halle(nur Sommer) |
| Herrn aktiv | Donnerstag | 20.30-22.00 | TH Antonio-Huber/Sommer3Fach |
| Eishockey | | Info: Abt.-Leiter | Oliver Baldauf Tel. 08381/81431 |
| Nachwuchstraining | Dienstag | 16.30-18.00 | Eisplatz |
| AH-Training | Dienstag | 19.00-20.30 | Eisplatz |
| Nachwuchstraining 1. Mannschaft | Donnerstag | 18.30-19.45 | Eisplatz |
| Gerätturnen | | Info: Abt.-Leiter | Rainer Eser Tel. 0170/520029 |
| Leistungsgruppen | Dienstag | 17.00 - 20.00 | 3-fach-Halle Schulzentrum |
| Einteilung durch die Trainer | Mittwoch | 17.00 - 19.00 | 3-fach-Halle Schulzentrum |
| | Freitag | 15.00 - 17.30 | TH Gym unten |
| Judo und Aikido | | Info: Abt.-Leiter | Ferd. Gsell Tel. 930041 o. 2131 |
| Schüler/innen bis 12 Jahre | Montag | 17.00 - 18.30 | Grundschule |
| Jugend | Montag | 18:30 - 20:00 | Grundschule |
| Erwachsene | Montag | 20.00- 22.00 | Grundschule |
| Aikido | Mittwoch | 20.00-21.30 | |
| Karate | | Info: Abt.-Leiter | Raimund Karg, Tel. 08387/8429 |
| Unterstufe | Montag | 18.30 - 20.00 | TH Gym unten |
| | Donnerstag | 18.30 - 20.00 | TH Gym unten |
| Oberstufe | Montag | 20.00 - 21.30 | TH Gym unten |
| | Donnerstag | 20.00 - 21.30 | TH Gym unten |
| Leichtathletik | | Info: Abt.-Leiter | Wolfgang Fuchs, Tel. 5490 |
| Einteilung der Leistungsgruppen | Montag | 17.00 - 20.00 | TH Gym oben/Stadion |
| Durch den Trainer | Montag | 18.30 - 20.00 | Oder |
| Durch den Trainer | Donnerstag | 17.00 - 20.00 | TH Gym oben/Stadion |
| | Donnerstag | 18.30 - 20.00 | |
| Schwimmen | | Info: Abt.Leiter | Olaf Langes schwimmen.tvl@web.de |
| Allg. Training und Nachwuchswettkampf | Donnerstag | 15.00 - 18.00 | Hallenbad |
| Wettkampfgruppen | Donnerstag | 18.00 - 20.00 | Hallenbad |
| Wettkampfgruppen | Dienstag | 18.00 - 19.30 | Hallenbad |
| Wettkampfgruppen | Freitag | 13.30 - 15.00 | Hallenbad |
| Bambini-Schwimmen | Mittwoch | 15.00 - 17.00 | Grundschule |
| Volleyball | | Info: Abt.-Leiter | Jochen Claus, Tel. 1008 |
| Freizeitvolleyball mixed | Dienstag | 20.00 - 22.00 | TH Gym unten |
| Damen aktiv | Mittwoch | 20.00 - 22.00 | TH Gym unten |
| Herrn II aktiv | Freitag | 18.00 - 20,00 | TH Gym unten |
| Herrn I aktiv | Freitag | 20.00 - 22.00 | TH Gym unten |
| Volleyball Kids | Freitag | 16.30-18.00 | TH Gym unten |
| Damen I Konditionstraining | Freitag | 20.00 - 22.00 | TH Gym oben |
| Tanzsport (Tanzsportheim, Bismarckstr. 5) | | Info: Abt.-Leiter | Herbert Benna, Tel.9297470 |
| Freies Tanzen/Disco Fox/Boogie Form. | Montag | 19.00 - 20.00 | TSA |
| Hobbygruppe A | Montag | 20.00 - 21.30 | TSA |
| Formation Langsamer Walzer (14-tägig) | Dienstag | 19:30 -21:00 | TSA |
| Formation Tango-Latein | Dienstag | 18:45-19:30 | TSA |
| Hobbygruppe B | Donnerstag | 18:30 - 20:00 | TSA |
| Boogie-Woogie | Freitag | 18:00 - 18:45 | TSA |

| | | | |
|----------------------------|----------|---------------|-----|
| Disco-Fox Einsteiger | Freitag | 18:45-19:30 | TSA |
| Disco-Fox Fortgeschrittene | Freitag | 19:30 - 20:15 | TSA |
| Anfänger Standard-Latain | Samstag | 18:00 - 19:30 | TSA |
| Hobbygruppe C | Sonntag | 16:30 - 18:00 | TSA |
| Hobbygruppe D | Sonntag | 18:00 - 19:30 | TSA |
| Hobbygruppe E | Sonntag | 19:30 - 21:00 | TSA |
| Alte Tänze | Mittwoch | ab 18.30 | TSA |
| freies Tanzen | Mittwoch | ab 19.00 | TSA |



