

Gymnastik & Fitness für DAMEN

Rhythmische Gymnastik	Dienstag	9.30 – 10.30	TSA-Heim Bismarckstr. 5 (UG)
Gymnastik für Seniorinnen	Dienstag	19.30 – 20.30	Gymnasium TH oben
Rundum Fit (Aerobic + Gymnastik)	Mittwoch	20.00 – 21.00	Gymnasium TH oben

Gymnastik & Fitness für HERREN

Gruppe I (Spiele/ Fußball)	Montag	20.00 – 22.00	Gymnasium TH oben
Gruppe II (Gymnastik/Ballsport)	Dienstag	19.00 – 21.00	TH Antonio-Huber
Gruppe III (Gymnastik/Ballsport)	Donnerstag	19.00 – 20.30	TH Antonio-Huber

Gymnastik & Fitness für DAMEN & HERREN

Nordic Walking	Montag	9.30 – 11.00	Parkplatz Gaswerk
Functional Training	Montag	18.30 – 19.30	Gymnasium TH unten
Fit-Spiele / Zirkeltraining	Dienstag	18.30 – 19.30	Gymnasium TH oben
Pilates Gruppe I	Dienstag	17.00 – 18.00	TSA-Heim
Pilates Gruppe II	Dienstag	18.00 – 19.00	Bismarckstr. 5 (UG)
Nordic Walking & Lauftreff (Frühling – Herbst)	Dienstag	18.30 – 19.30	Parkplatz am Gaswerk
Yoga (Kurs)	Montag	9.30 – 11.00	Kurstermine siehe www.tvl1858.de/kurse

Infos über Geschäftsstelle 08381-948501 oder hallo@tv1858.de

Aerobic | Ballett | Zumba

Body in Motion (Aerobic, Fitness & Dance)	Mittwoch	18.30 – 20.00	Gymnasium TH oben
Ballett			TSA-Heim Bismarckstr. 5 (UG)
für Anfänger Gruppe I	Dienstag	19.00 – 20.00	
für Anfänger Gruppe II	Dienstag	20.00 – 21.00	
für Fortgeschrittene		In Planung. Interessierte bitte melden!	
Zumba	Als Kurs à 10 Einheiten – im Herbst		

Infos über Geschäftsstelle 08381-948501 oder hallo@tv1858.de

Sport-Aerobic (Showtanzgruppe Intouch)	Freitag	16.30 – 18.00	TSZ-Halle 2
---	---------	---------------	-------------

Bitte beachten Sie, dass sich Trainingszeiten und Trainingsorte immer wieder ändern können. Erkundigen Sie sich sicherheitshalber bei den Abteilungsleitern bzw. in der Geschäftsstelle.

Basketball Damen	Montag	20.00 – 22.00	Realschule Turnhalle
	Herren	Dienstag	20.00 – 22.00

Kontakt Abteilungsleiter Dennis Ayvat: 0176-98745542

Eishockey AH	Dienstag	19.00 – 20.30	Eisplatz
---------------------	----------	---------------	----------

Kontakt Abteilungsleiter Oliver Baldauf: 08381-81431

Gerätturnen – nur für Wiedereinsteiger*innen in den Wettkampfbetrieb ab Bezirksliga.
Bei Interesse bitte um Kontaktaufnahme mit *Abteilungsleiter Gerätturnen Rainer Eser: 0170-5200929*

Judo	Montag	20.00 – 22.00	Grundschule Lindenberg
	Mittwoch	20.00 – 22.00	Grundschule Lindenberg

Kontakt Abteilungsleiter Judo Reinhold Hieble: 08381-7352

Karate	Montag	19.30 – 21.00	Gymnasium TH unten
	Donnerstag	20.00 – 21.30	Gymnasium TH unten

Kontakt Abteilungsleiter Karate Raimund Karg: 0177-7288871

Leichtathletik – Bei Interesse Kontaktaufnahme mit *Abteilungsleiter Wolfgang Fuchs: 08381-5490*

REHA-Sport

Herzsport (mit und ohne ärztl. Verordnung)	Mittwoch	18.30 – 19.30	Gymnasium TH oben
---	----------	---------------	-------------------

Lungensport	Dienstag	18.00 – 19.00	Physiopraxis Holland
-------------	----------	---------------	----------------------

Rheuma-Wasser-Gymnastik Gruppe I	Mittwoch	18.00 – 18.45	Hallenbad Klinik Ried
	Gruppe II	Mittwoch	18.45 – 19.30

Kontakt Abteilungsleiter REHA Markus Holland: 08381-84292

Schwimmen - Die Gruppen trainieren bis zur Fertigstellung des neuen Hallenbades in umliegenden Bädern. Bitte Kontaktaufnahme mit der Abteilung: *Kontakt Abteilungsleiterin Rebecca Hermann: schwimmen@tv1858.de*

Tanzsport - Standard / Latein, Discofox, Boogie – Kurse & feste Gruppen
Aktuelle Angebote unter: www.tv1858.de/tanzsport
Beratung und Info: *Abteilungsleiter Herbert Benna: 08381-9297470*

Volleyball	Freizeit mixed	Dienstag	20.00 – 22.00	Gymnasium TH unten
	Damen aktiv	Mittwoch	20.00 – 22.00	Gymnasium TH unten
	D. Konditionstraining	Freitag	19.30 – 21.00	Gymnasium TH oben
	Herren aktiv	Freitag	20.00 – 22.00	Gymnasium TH unten

Im Sommer findet das Volleyballtraining auf dem Beachplatz im Stadion statt.

Kontakt Abteilungsleiter Jochen Claus: 08381-1008

Bitte beachten Sie, dass sich Trainingszeiten und Trainingsorte immer wieder ändern können. Erkundigen Sie sich sicherheitshalber bei den Abteilungsleitern bzw. in der Geschäftsstelle.