

Wochenübersicht der Trainingszeiten

Wochentag	Uhrzeit	Übungsleiter	Sportart
Montag	14.00 – 17.00 Uhr	Kornelia Jung, Mirco Schmidt	Handbiken, Behindertensport (Hochheim)
	14.45 – 15.45 Uhr	Reiner Frost, Cathrin F., Jonathan F.	Turnen, Mädchen 5–6 Jahre
	15.45 – 16.45 Uhr	Reiner Frost, Cathrin F., Jonathan F.	Turnen, Mädchen 7–8 Jahre
	16.45 – 17.45 Uhr	Bettina M.-G., Cathrin F., Jonathan F.	Turnen, Mädchen 9–10 Jahre
	17.45 – 18.20 Uhr	Bettina M.-G., Jonathan Färber	Gerätturnen, Mädchen 9–11 Jahre
	18.20 – 19.30 Uhr	Bettina M.-G., Jan Dernbach	Turnen/Spiele, Mädchen ab 11 Jahre
	18.00 – 20.00 Uhr ²⁾	Geraldine L., Daniela S., Laura M., Sabine, Cathrin	Turnen, Förderriegen Mädchen
	17.00 – 18.15 Uhr	Heiko Hesz, Günter Jung	Leichtathletik, U 14
	17.30 – 20.00 Uhr ³⁾⁴⁾	Heiko Hesz, Max Freund	Leichtathletik, ab 15 Jahre
19.30 – 22.00 Uhr	Jan Dernbach	Prellball	
Dienstag	14.00 – 17.00 Uhr	Kornelia Jung, Mirco Schmidt	Handbiken, Behindertensport (Hochheim/Wintersaison)
	14.30 – 15.15 Uhr ¹⁾	Hafiida Benitouzin, Chiara Willershausen	Kinderleichtathletik, U8 (Wintersaison)
	15.30 – 16.30 Uhr	Karina Przybilla, Cathrin Fuchs, Jonathan F.	Eltern-Kind-Turnen
	16.30 – 17.30 Uhr	Karina Przybilla, Cathrin Fuchs, Jonathan F.	Kinderturnen, 3–5 Jahre
	18.00 – 21.00 Uhr ³⁾	Max Freund	Leichtathletik
	17.35 – 18.30 Uhr	Leitung ist kursabhängig	div. Angebote von 6- bis 12-Wochen-Kursen
	18.00 – 21.00 Uhr	Kornelia Jung, Mirco Schmidt	Handbiken, Behindertensport (Hockenheimring/Sommer)
	18.30 – 20.00 Uhr	Birgit Klein	DRUMS ALIVE®
	20.00 – 21.30 Uhr ⁷⁾	Darius Lyssy	Karate
	20.00 – 22.00 Uhr	Herbert Wingefeld	Tischtennis
Mittwoch	15.00 – 16.00 Uhr	Karina Przybilla, Cathrin Fuchs, Jonathan F.	Kinderturnen, 3–5 Jahre
	16.00 – 17.00 Uhr	Karina Przybilla, Cathrin Fuchs, Jonathan F.	Kinderturnen, 3–5 Jahre
	17.00 – 18.15 Uhr	Sebastian R. Jan D., Cathrin F., Jonathan F.	Turnen, Jungen 5–7 Jahre
	17.30 – 20.00 Uhr ⁴⁾	Günter Jung, Peter Semmel, Kornelia Jung	Leichtathletik, ab 16 Jahre
	17.30 – 18.45 Uhr ³⁾⁴⁾	Bernhard Dinges	Leichtathletik, U 14 Jahre
	17.30 – 19.00 Uhr ³⁾⁴⁾	Armin Schlepper, Udo Chamoun	Leichtathletik, 12–15 Jahre
	17.30 – 20.00 Uhr ³⁾⁴⁾	Max Freund	Leichtathletik, U 16
	18.00 – 20.00 Uhr ⁵⁾	Ute Rosenbaum, Ulrich Klein	Sportabzeichen – Training + Abnahme
	18.15 – 19.45 Uhr	Sebastian Reese, Jan Dernbach	Turnen, Jungen 8–13 Jahre + Förderriege Jungen
	19.30 – 20.30 Uhr	Jan Dernbach, Sebastian Reese	Turnstunde ab 14 Jahre
20.30 – 22.00 Uhr	Sebastian Reese	Basketball („Hobbygruppe“)	
Donnerstag	14.30 – 15.30 Uhr ¹⁾	Dirk Puderbach, Jonathan Färber	Kinderleichtathletik, U10 (Wintersaison)
	15.30 – 16.30 Uhr ¹⁾	Dirk Puderbach, Jonathan Färber	Kinderleichtathletik, U12 (Wintersaison)
	16.00 – 17.00 Uhr ⁵⁾	Hafiida Benitouzin, Jonathan Färber	Kinderleichtathletik, U8 (Sommerseason)
	17:00 – 18:30 Uhr ⁵⁾	Dirk Puderbach, Jonathan Färber	Kinderleichtathletik, U10 + U12 (Sommerseason)
	16.00 – 19.30 Uhr	S. R.-Pütz, A. Grudnio, Cathrin, G. Lanz, D. Schreiner	Turnen, Förderriegen Mädchen
	17.30 – 20.00 Uhr ³⁾⁴⁾	Max Freund	Leichtathletik, ab 16 Jahre
	18.00 – 20.00 Uhr ⁸⁾	Gabi Willershausen, Larissa W., Cathrin F.	Tanzgruppe „Pandas“ (ab 13 Jahre)
	18.00 – 19.45 Uhr ⁶⁾	Martin Lifka	Tanzsport
	18.30 – 20.00 Uhr	Thomas Beck	Damengymnastik (Pestalozzi-Schule)
	19.00 – 20.00 Uhr	Susanne Keul	„Bauch-Beine-Po“-Gymnastik (Sommerseason)
	19.30 – 20.30 Uhr ¹⁾	Susanne Keul	„Bauch-Beine-Po“-Gymnastik (Wintersaison)
	20.00 – 22.00 Uhr	Darius Lyssy	Karate (Fritz-Gansberg-Schule)
Freitag	14.00 – 14.45 Uhr	Sandra Scheuffler, Cathrin Fuchs	Ballettunterricht, 4 + 5 Jahre
	14.45 – 15.30 Uhr	Sandra Scheuffler	Ballettunterricht, 5 + 6 Jahre
	15.30 – 16.15 Uhr	Sandra Scheuffler	Ballettunterricht, 6 + 7 Jahre
	16.15 – 17.00 Uhr	Sandra Scheuffler	Ballettunterricht, 8 + 9 Jahre
	17.00 – 18.00 Uhr	Sandra Scheuffler	Ballettunterricht, ab 10 Jahre
	17.30 – 19.30 Uhr ^{3) 4)}	Günter Jung, Ralf Kloft	Leichtathletik ab 16 Jahre
	18.00 – 19.20 Uhr	Birgit Klein	Aerobic
	19.30 – 20.30 Uhr	Martina Derstroff	Gymnastik 50 PLUS (Pluspunkt Gesundheit)
	20.30 – 22.00 Uhr	Herbert Wingefeld, Christian Knoche	Tischtennis
	Samstag	08.30 – 10.00 Uhr	Darius Lyssy
09.30 – 10.30 Uhr		Rainer Braehler	Fitness-Treff/Einsteiger (Schiefersteiner Hafen)
10.00 – 11.00 Uhr		Gabi Willershausen, Chiara W.	Tanzgruppe „Little Pandas“ (6–11 Jahre)
11.00 – 12.30 Uhr		Gabi Willershausen, Larissa W.	Tanzgruppe „Pandas“ (ab 13 Jahre)
13.00 – 16.30 Uhr		Herbert Wingefeld, Christian Knoche	Tischtennis
10.30 – 12.30 Uhr ⁴⁾		Max Erlinhagen	Leichtathletik U 16
10.30 – 12.30 Uhr ⁴⁾		Kornelia + Günter Jung, Peter Semmel	Leichtathletik (Sommer)
15.00 – 17.30 Uhr		Leitung ist kursabhängig	div. Angebote von 6- bis 12-Wochen-Kursen
Sonntag	13.00 – 16.30 Uhr	Leitung ist kursabhängig	div. Angebote von 6- bis 12-Wochen-Kursen
	17.00 – 18.00 Uhr	Martin Lifka	Tanzsport (Gruppe 1, Wiedereinsteiger)
	18.00 – 19.00 Uhr	Martin Lifka	Tanzsport (Gruppe 2, Wiedereinsteiger)
	19.00 – 20.00 Uhr	Martin Lifka	Tanzsport (Gruppe 3)
	mind. 1x monatl.	Klaus Strasser, Peter Lange	Wanderungen (s. jeweils aktueller Aushang)

- 1) Turnhalle Buchenstr., Okt–Apr
- 2) Sporthalle Martin-Niemöller-Schule
- 3) Sporthalle Wettiner Str., „Winter-Saison“
- 4) Helmut-Schön-Sportpark
- 5) Sportplatz Rheinhöhe, Apr–Sep
- 6) Sporthalle Gymn. Mosbacher Berg
- 7) Freiherr-vom-Stein-Schule
- 8) Markusgemeinde

Falls nicht anders vermerkt, finden alle Hallen-Trainingsstunden in der Turnhalle des TV Waldstraße in der Buchenstraße 2 statt.