

Unsere Sportangebote ab dem 30.08.2021

Jahnturnhalle, Pestalozzistraße 16



Tag	Gruppe	Zeit			Übungsleiter	Halle
		Ankommen	Training	Verlassen		
Montag	Prellball Alte Herren	09.20-09.30	09.30-11.30	11.30-11.40	Rüdiger Wichand	große Halle
	Judo LG (Einteilung durch Abt.)	15.15-15.30	15.30-16.50	16.50-17.00	Klaus Stenzel / D. Dupslaff	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	17.00-17.05	17.05-17.55	17.55-18.00	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	18.00-18.05	18.05-18.55	18.55-19.00	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Gymnastik für Frauen und Männer	17.05-17.15	17.15-18.15	18.15-18.25	Melanie Weber	Gymnastiksaal
	Koronarsport	19.00-19.15	19.15-20.30	20.30-20.40	Sonja Graß	große Halle
	Formation Besmenia	19.45-20.00	20.00-22.00	22.00-22.10	Julia Keil / Martina Reinhardt	Gymnastiksaal
Dienstag	Rehasport (mit Verordnung)	09.20-09.30	09.30-10.30	10.30-10.35	Sonja Graß	Gymnastiksaal
	Gymnastik Damen ab ca. 60 Jr.	10.35-10.45	10.45-11.45	11.45-11.55	Heidi Wolf	große Halle
	SCC Sweety Kids	14.15-14.25	14.25-14.50	14.50-14.55	Gerlinde und Lisa Kessler	Gymnastiksaal
	SCC Sweety Kids	14.55-15.05	15.05-15.30	15.30-15.35	Gerlinde und Lisa Kessler	Gymnastiksaal
	SCC Dancing Stars (15 TN)	15.35-15.45	15.45-16.45	16.45-16.50	Gerlinde und Lisa Kessler	Gymnastiksaal
	Gymnastik Damen ab ca. 50 Jr.	16.50-17.00	17.00-17.50	17.50-18.00	Carmen Künkel-Langner	Gymnastiksaal
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	14.45-15.00	15.00-15.45	15.45-15.50	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	15.50-16.00	16.00-16.45	16.45-16.50	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	16.50-17.00	17.00-18.00	18.00-18.05	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	18.05-18.15	18.15-19.15	19.15-19.20	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	19.20-19.30	19.30-20.30	20.30-20.35	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	20.35-20.45	20.45-21.45	21.45-22.00	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Progressive Muskelentspannung	18.00-18.05	18.05-18.55	18.55-19.00	Dorothea Schierz	Gymnastiksaal
	Bauchtanz	19.00-19.10	19.10-20.10	20.10-20.15	Narjisse Boubia	Gymnastiksaal

Unsere Sportangebote ab dem 30.08.2021

Jahnturnhalle, Pestalozzistraße 16



Tag	Gruppe	Zeit			Übungsleiter	Halle
		Ankommen	Training	Verlassen		
Mittwoch	Wirbelsäulengymnastik	08.50-09.00	09.00-10.00	10.00-10.15	Olga Klam	große Halle
	Wirbelsäulengymnastik (vorher Mo.)	10.15-10.30	10.30-11.30	11.30-11.40	Olga Klam	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	15.45-16.00	16.00-17.00	17.00-17.05	Klaus Stenzel	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	17.05-17.15	17.15-18.15	18.15-18.20	Klaus Stenzel	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	18.20-18.30	18.30-19.30	19.30-19.35	Klaus Stenzel	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	19.35-19.45	19.45-21.15	21.15-21.30	Klaus Stenzel	große Halle
	Body-Core-Training	16.20-16.30	16.30-17.45	17.45-17.50	Gaby Reis-Rössler	Gymnastiksaal
	Body-Forming	17.50-18.00	18.00-19.15	19.15-19.20	Gaby Reis-Rössler	Gymnastiksaal
	Fit älter werden	19.20-19.30	19.30-20.30	20.30-20.40	Melanie Weber	Gymnastiksaal
Donnerstag	Gymnastik am Vorm. ab 40 Jr.	09.05-09.15	09.15-10.30	10.30-10.40	Anita Reis	Gymnastiksaal
	Fitness für alle (neu)	10.50-11.00	11.00-12.00	12.00-12.10	Birgit Mohr-Hombach	Gymnastiksaal
	Eltern-Kind-Turnen ab 3 Jahre	14.50-15.00	15.00-15.50	15.50-16.00	Christiane Nippa	große Halle
	Eltern-Kind-Turnen ab 1,5 Jahre	16.00-16.10	16.10-17.00	17.00-17.15	Christiane Nippa	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	17.15-17.30	17.30-18.30	18.30-18.35	M. Herber / R. Glomb	große Halle
	Judo (Einteilung durch Abt.)	18.35-18.45	18.45-19.30	19.30-19.45	M. Herber / R. Glomb	große Halle
	Ballett Anfänger	16.05-16.15	16.15-17.15	17.15-17.20	Michaela Messinger-Sinziri	Gymnastiksaal
	Ballett Vorkenntnisse	17.20-17.30	17.30-18.30	18.30-18.45	Michaela Messinger-Sinziri	Gymnastiksaal
	Ballett für Jugendliche / Erwachsene	18.35-18.45	18.45-20.00	20.00-20.05	Michaela Messinger-Sinziri	Gymnastiksaal
	Formation Besmenia	19.50-20.00	20.00-22.00	22.00-22.10	Julia Keil / Martina Reinhardt	große Halle
	Latino Aerobic	20.05-20.15	20.15-21.45	21.45-21.55	Susi Ueberle	Gymnastiksaal

Unsere Sportangebote ab dem 30.08.2021

Jahnturnhalle, Pestalozzistraße 16



Tag	Gruppe	Zeit			Übungsleiter	Halle
		Ankommen	Training	Verlassen		
Freitag	Fit & Fun	08.45-09.00	09.00-10.30	10.30-10.45	Jasmin Flüthmann	große Halle / GS
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	16.00-16.15	16.15-17.00	17.00-17.05	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	17.05-17.15	17.15-18.15	18.15-18.20	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	18.20-18.30	18.30-19.30	19.30-19.35	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	19.35-19.45	19.45-20.45	20.45-20.50	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Tischtennis (Einteilung durch Abt.)	20.50-21.00	21.00-22.00	22.00-22.15	Heinz-Jürgen Hornig	große Halle
	Rehasport (mit Verordnung)	13.45-13.45	14.00-15.00	15.00-15.15	Maren Desczka	Gymnastiksaal
	Formation Misol	15.15-15.30	15.30-17.00	17.00-17.10	Melanie Weber	Gymnastiksaal
	Formation Lil'Bes	17.50-18.00	18.00-20.00	20.00-20.05	Irina Fischer / Saskia Engel	Gymnastiksaal
	Tischtennis Hobbygruppe	20.05-20.15	20.15-21.45	21.45-21.50	Heide Uecker	Gymnastiksaal
Samstag	SCC Funny Girls	09.50-10.00	10.00-12.20	12.20-12.25	Gerlinde und Lisa Kessler	Gymnastiksaal
	SCC Addicted	12.25-12.30	12.30-13.00	13.00-13.10	Gerlinde und Lisa Kessler	Gymnastiksaal
	Contemporary Dance	16.20-16.30	16.30-18.30	18.30-18.40	Undine Schneider	Gymnastiksaal

Die Angaben sind ohne Gewähr. Bitte wenden Sie sich im Zweifelsfall an den / die ÜbungsleiterIn.

Aufgrund der geltenden Beschränkungen sind keine spontanen Schnupperstunden möglich. Bei Interesse an einer Teilnahme ist eine vorherige Kontaktaufnahme mit dem Verein notwendig. Der Übungsleiter wird dann alles weitere mit Ihnen besprechen.