Angebote der Turnabteilung im Winterhalbjahr 2024-25

ab 01.10.2024 bis 31.03.2025

Tag	Uhrzeit	Ort	Sportart		Übungsleiter(in) [1])
Ggf. Lüftungs und Wechselzeiten (ca. 5-10 Minuten) zu Beginn und Ende einer Stunde beachten					
Kinder und Jugendliche					
Di	15:00 - 15:45	T	Eltern-Kind-Turnen	1,5 bis 3,5 Jahre	N.N.
Di	15:45 - 16:30	T	Eltern-Kind-Turnen	1,5 bis 3,5 Jahre	N.N.
Di	16:30 - 17:15	T	Eltern-Kind-Turnen	1,5 bis 3,5 Jahre	N.N.
Mi	15:00 - 15:45	T	Kinderturnen (B)	4,5 - 5 Jahre	Zoë Böttger
Mi	15:45 - 16:30	T	Kinderturnen (A)	3,5 - 4,5 Jahre	Zoë Böttger
Mi	16:30 - 17:15	T	Kinderturnen (C)	5 bis 6 Jahre (bzw	Zoë Böttger
Mo	16:00 - 17:00	T	Turnen für Schulkinder	Gerät- /allg. Turnen ab 6 Jahre	Dörthe Harders
Mo	17:00 - 18:00	T	Turnen für Schulkinder	Gerät- /allg. Turnen ab 9 Jahre	Janina Andrees
Mo	17:00 - 19:00	TSV	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.2	Lisa Schramm [2]) + Team
Di	17:30 - 19:00	T	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.3	Lisa Schramm [2]) + Team
Fr	15:30 - 17:15	T	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.1 + LT.2	Lisa Schramm [2]) + Team
Fr	17:15 - 19:15	T	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.3	Lisa Schramm [2]) + Team
Sa	09:00 - 11:30	T	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.3	Lisa Schramm [2]) + Team
Sa	11:30 - 13:15	T	Leistungsturnen Kinder (w)	LT.1 + LT.2	Lisa Schramm [2]) + Team
Erwachsene			Dauerangebote		
Mo	19:00 - 20:00	T	Body Fit		Christine Wiering
Mo	20:00 - 21:00	T	Functional Fit		Marijana Michehl
Mi	20:00 - 21:15	T	Functional Fit		Petra Tutsch
Di	08:30 - 09:20	J	Wirbelsäulengymnastik	Präventiv	Andrea Blank
Di	09:30 - 10:20	J	Wirbelsäulengymnastik	Präventiv	Andrea Blank
Di	10:30 - 11:20	J	Wirbelsäulengymnastik	Präventiv	Andrea Blank
Do	09:40 - 10:35	J	Wirbelsäulengymnastik	Präventiv	Andrea Blank
Do	10:45 - 11:40	J	Wirbelsäulengymnastik	Präventiv	Andrea Blank
Do	18:00 - 19:00	T	Wirbelsäulengymnastik	und Fitness	Marijana Michehl
Do	19:00 - 20:00	T	Wirbelsäulengymnastik	und Fitness	Marijana Michehl
Di	19:00 - 20:30	T	Volleyball		Hartmut Marquardt
Fr	20:00 - 22:00	T	Volleyball		Bernd Klampe
Do	20:00 - 22:00	T	Basketball		Jens Krause
Mi	08:30 - 09:30		Walking	Ort nach Vereinbarung	Gerda Rennecke
Do	09:00 - 10:00		Walking	"An der Wabe"	Heide Grünewald

Stand: 06.01.2025 Mrowietz

Angebote der Turnabteilung im Winterhalbjahr 2024-25

ab 01.10.2024 bis 31.03.2025

Tag	Uhrzeit	Ort	Sportart	Übungsleiter(in) [1]
Ggf. Lüftungs und Wechselzeiten (ca. 5-10 Minuten) zu Beginn und Ende einer Stunde beachten				
Senioren				
Mo	18:00 - 19:00	T	Fitness-Gymnastik 60+ (w)	Christine Wiering
Mo	18:15 - 19:15	V	Gymnastik Männer 65+ (m)	Anette Paeplow [3]
Do	08:30 09:30	J	Damen-Gymnastik 70+	Andrea Blank
Kurse			Kurs-Ausschreibungen beachten. Anmmeldung erforderlich. Auch für Nichtmitglieder offen	
Mo	10:00 - 11:00	J	Qigong/Taiji	Andrea Blank
Do	17:30 - 18:30	J	Qigong/Taiji	Andrea Blank
Di	17:45 - 18:45	J	Pilates	Andrea Blank
Di	19:00 - 20:00	J	Pilates	Andrea Blank
Mo	18:45 - 19:45	J	Yoga-Stretch	Marijana Michehl
Mi	17:30 - 18:30	J	Yoga-Stretch	Marijana Michehl
Mi	18:45 - 19:45	J	Yoga-Stretch	Marijana Michehl
Fr	16:30 - 17:30	J	Tanzen (Flamenco)	Coral Schwarze
Fr	18:15 - 19:15	J	Hula-Hoop	Silvia Baltazar Castillo

Erläuterungen

[1]) Kontaktadresse: *vorname.nachname* @scegliesmarode.de oder : turnen@scegliesmarode.de.

[2]) Anfragen nur telefonisch: 01575 1104242.

[3]) Ansprechpartner : Klaus.Grünewald: 0531 363227

T	Turnhalle	Gliesmarode, Eingang über: Hermann-Dürre Weg
J	Jahnzimmer (1.OG)	Gliesmarode, Eingang über: Hermann-Dürre Weg
V	Turnhalle Grundschule Volkmarode	Volkmarode, Unterdorf 24
TSV	Turnhalle TSV Schapen	Schapen, Buchhorstblick 9

w	nur weibliche Teilnehmer
m	nur männliche Teilnehmer

Stand: 06.01.2025 Mrowietz