

Übungsangebot des TVS

Gruppe	ÜbungsleiterIn	Alter	Trainingstag	Trainingszeit	Übungsraum
Fitness					
Bauch, Beine, Po	Vanessa Schäfer	Erwachsene	Dienstag	19.30 - 20.30 Uhr	Spiegelsaal
Step Aerobic	Moni Salm	Erwachsene	Montag	20.00 - 21.00 Uhr	Spiegelsaal
Zumba	Maryna Sandmann	Erwachsene	Montag	18.30 - 19.30 Uhr	Spiegelsaal
Golden Beats	Gertie Mathäs	Erwachsene	Mittwoch	18:45 - 19:45 Uhr	Spiegelsaal
Fitness, Dance and More	Melanie Hofmann	ab 15 Jahren	Dienstag	20.00 - 21.00 Uhr	Staufersaal
Power Fitness	Melanie Hofmann	Erwachsene	Montag	19.00- 20.00 Uhr	Staufersaal
Gymnastik					
Damengymnastik	Astrid Deichmann-Sunder	Erwachsene	Donnerstag	19.00 - 20.00 Uhr	Staufersaal
Männerymnastik	Astrid Deichmann-Sunder	Erwachsene	Donnerstag	20.00 - 21.00 Uhr	Staufersaal
Seniorengymnastik	Gertie Mathäs	Senioren	Donnerstag	18.00 - 19.00 Uhr	Spiegelsaal
Tanzen					
Rainbow	Jessica Schuch	Jahrgang 2006	Dienstag	17:30 - 19.00 Uhr	Staufersaal
Moonlight	Jessica Schuch / Zoé Rosinus	Jahrgang 2004- 2005	Donnerstag	17:15 - 19:00 Uhr	Staufersaal
Sunrise	Kristina Dautenheimer / Selina Reitz	Jahrgang 2003	Freitag	17.15 - 18.30 Uhr	Spiegelsaal
Flying Dancer	Chantal Wagner / Lea Kafiz	Jahrgang 2010-2011	Dienstag	17.00 - 18.00 Uhr	Spiegelsaal
Turnen					
Eltern-Kind-Turnen	Sandra Kaufhold	Eltern mit Kind bis 3 Jahre	Mittwoch Mittwoch	10.00 - 11.30 Uhr 15:30 - 16:30 Uhr	Staufersaal
Kinderturnen I+II	Alina Sacher / Jessica Schuch	3-6 Jahre	Donnerstag	16.00- 17.00 Uhr	Staufersaal
Mädchenturnen I	Inka Ferbert / Emily Sacher	6-10 Jahre	Mittwoch	16.30 - 17.30 Uhr	Staufersaal
Mädchenturnen II	Sandra Kaufhold	ab 10 Jahren	Mittwoch	17.30 - 19.00 Uhr	Staufersaal
Leistungsturnen	Sabine Brod	ab 6 Jahren	Montag Freitag Samstag	16.15 - 19.00 Uhr 14.30 - 19.00 Uhr 09.00 - 13.00 Uhr	Staufersaal