

Übungsangebot des TVS

| Gruppe | ÜbungsleiterIn | Alter | Trainingstag | Trainingszeit | Übungsraum |
|--------------------|---|----------------------|--------------|-------------------|-------------|
| Fitness | | | | | |
| Bauch, Beine, Po | Ina Ziegler | Erwachsene | Dienstag | 19.00 - 20.00 Uhr | Spiegelsaal |
| Zumba | Dimitri Frings | Erwachsene | Dienstag | 19:30 - 20.30 Uhr | Staufersaal |
| Golden Beats | Petra Zimmermann | Erwachsene | Mittwoch | 18:45 - 19:45 Uhr | Spiegelsaal |
| Power Fitness | Melanie Hofmann | Erwachsene | Montag | 19.00- 20.00 Uhr | Staufersaal |
| Gymnastik | | | | | |
| Damengymnastik | Ina Ziegler | Erwachsene | Donnerstag | 19.00 - 20.00 Uhr | Staufersaal |
| Männergymnastik | Ina Ziegler | Erwachsene | Donnerstag | 20.00 - 21.00 Uhr | Staufersaal |
| Seniorengymnastik | Ina Ziegler | Senioren | Dienstag | 18.00 - 19.00 Uhr | Spiegelsaal |
| Tanzen | | | | | |
| Rainbow | Jessica Schuch | Jahrgang 2005-2009 | Dienstag | 17:30 - 19.30 Uhr | Staufersaal |
| Flying Dancer | Jessica Schuch | Jahrgang 2010-2011 | Donnerstag | 17:00 - 19:00 Uhr | Staufersaal |
| Sweet Steps | Leontine Nikol / Lena Kessel | Jahrgang 2014-2016 | Dienstag | 16:00 - 17:00 Uhr | Spiegelsaal |
| Turnen | | | | | |
| Eltern-Kind-Turnen | Nicole Remling | 8 Monate bis 2 Jahre | Mittwoch | 09.30 - 11.00 Uhr | Staufersaal |
| | Daniela Huff | 2-3 Jahre | Mittwoch | 15:30 - 16:30 Uhr | |
| Kinderturnen I+II | Jessica Schuch / Zoe Rosinus | 3-6 Jahre | Donnerstag | 16.00- 17.00 Uhr | Staufersaal |
| Mädchenturnen I | Anna Döring / Marlene Weiler | 6-10 Jahre | Mittwoch | 16.30 - 17.30 Uhr | Staufersaal |
| Mädchenturnen II | Nicole Remling | ab 10 Jahren | Mittwoch | 17.30 - 19.00 Uhr | Staufersaal |
| Leistungsturnen | Sabine Brod / Helfer: Emma Kallmeier / Selina Brod | ab 6 Jahren | Montag | 16.15 - 19.00 Uhr | Staufersaal |
| | | | Freitag | 14.30 - 19.00 Uhr | |
| | | | Samstag | 10.00 - 13.00 Uhr | |

Stand: 30.03.2022