

Sportangebot TV Odernheim

Stand: Juni 2021

| | | | |
|---------------|---|---|--|
| Montag | 09:00 – 10:00 | Beckenbodentraining (Männer und Frauen) Eltern und Kind Turnen Kinderturnen 4-6jährige | ÜL: Claudia Hulla, ab September 2021 N.N. N.N. |
| | 17:00 – 18:00 | Ausgleichsgymnastik für Frauen | ÜL: Karin Wagner |
| | 18:00 – 19:30 | Stabilitätstraining für Jugendliche und Erw. | ÜL: Lothar Dongus |
| | 19:30 – 20:30 | Konditionsgymnastik mit Musik, Spiel & Tanz | ÜL: Benno Gennies |
| Dienstag | 14:00 – 15:00 | Seniorengymnastik | ÜL: Sigrid Wilke |
| | 15:00 – 16:00 | Ballspiele , ab 1. Schuljahr | ÜL: Anke Biehl |
| | 16:00 – 17:30 | Leistungsgruppe Jungen | ÜL: Manfred Porth |
| | 16:00 – 17:00 | Gerätturnen , Mädchen Nachwuchs | ÜL: Ellen Demand-Porth |
| | 17:00 – 19:00 | Gerätturnen Mädchen | ÜL: Ellen Demand-Porth, Manfred Porth |
| | 19:00 – 20:30 | Herzsportgruppe | ÜL: Wolfgang Scheib, Ärztin: Astrid Keller |
| | 19:30 | Lauf- und Walkingtreff | Ansprechpartner: Karl Baum |
| 20:30 – 22:00 | Fitness-Gymnastik-Spiele (Er-Sie-Es) | ÜL: Wolfgang Scheib | |
| Mittwoch | 15:00 – 16:15 | Ausgleichsgymnastik für Frauen | ÜL: Helga Kühn |
| | 16:00 | Boule (Sommermonate) | ÜL: Jean Rossé |
| | 18:00 – 19:00 | Pilates (Kursangebot) | Ansprechpartner: Anke Biehl/Simone Schumacher |
| | 19:00 – 20:00 | Fitness-Mix für Frauen | ÜL: Carina Seibel |
| | 20:00 – 21:30 | Badminton für Erwachsene | ÜL: Matthias Bölke |
| Donnerstag | 16:30 – 17:30 | Leichtathletik ab 6 Jahre | ÜL: Inge Schubert, Sibylle Herrgen |
| | 17:30 – 19:00 | Leichtathletik - Wettkampftraining | ÜL: Inge Schubert |
| | 17:30 – 19:00 | Leichtathletik - Grundlagentraining | ÜL: Sibylle Herrgen |
| | 19:00 – 20:15 | Fitnessgymnastik für Männer | ÜL: Manfred Porth |
| Freitag | 15:30 – 17:30 | Mountainbiketraining ab 16 Jahre | ÜL: Lothar Dongus mit Helfern |
| | 16:00 – 17:00 | Gerätturnen , Nachwuchs | ÜL: Ellen Demand-Porth mit Helfern |
| | 17:00 – 18:00 | Gerätturnen , Mädchen | ÜL: Manfred Porth, Ellen Demand-Porth |
| | 16:00 | Boule (Sommermonate) | ÜL: Jean Rossé |
| | 18:00 – 19:00 | Inline-Skating | ÜL: Hans-Günter Winkler mit Helfern |
| 19:00 – 20:30 | Yoga (Kursangebot) | Ansprechpartner: Anke Biehl/Simone Schumacher | |
| Samstag | 10:00 – 11:00 | Zumba (Kursangebot) | Ansprechpartner: Anke Biehl/Simone Schumacher |
| | 11:00 – 13:00 | Bogenschießen von 6 bis 99 Jahre | ÜL: Siggie Bartholomäus; Gregor Dienst |
| | ab 15:00 | Putzzeit | |
| So. | 09:00 | Lauf- und Walkingtreff | Ansprechpartner: Karl Baum |