



TRAININGSPLAN Schuljahr 2026/2027

1. JAHNHALLE:

Montag:

08:45 - 09:45 Uhr	Gymnastik Frauen und Männer	Simone Wörner
15:00 - 16:30 Uhr	KRABBELGRUPPE (ab 5 Monaten - 1,5 Jahren)	Sarah Lipps <i>Anmeldung unter 0176 78044613</i>
16:45 - 17:30 Uhr	KINDERTURNEN Alter: 5 & 6 Jährige	Michael Frank Vanessa Movcan
17:30 - 18:15 Uhr	TURNEN JUNGEN 1. und 2. Klasse	Lilly Mill Frederik Rehm
18:15 - 19:15 Uhr	TURNEN JUNGEN ab 3. Klasse	Peter Leible Emely Wollmann
19:30 - 21:30 Uhr	WORKOUT ZUM WOCHENSTART gemischte Gruppe	Anja Wilhelm Dieter Langenecker

Dienstag:

08:30 - 09:30 Uhr	WIRBELSÄULENGYMNASTIK	Wilma Birk <i>Anmeldung bei Wilma unter 07805 4167</i>
09:30 - 10:30 Uhr	PILATES / BAUCH-BEINE-PO (mit Zusatzbeitrag!)	Wilma Birk
15:00 - 16:30 Uhr	ELTERN-KIND-TURNEN (1,5 Jahre - 3 Jahre)	Selina Kirschberger <i>Anmeldung unter 0151 56035674</i>
17:00 - 18:00 Uhr	TURNEN MÄDCHEN 1. & 2. Klasse	Peter Leible Senem Dogrulmaz Dana Burger
18:00 - 19:00 Uhr	gemischte WIRBELSÄULENGYMNASTIK	Wilma Birk <i>Anmeldung bei Wilma unter 07805 4167</i>
19:00 - 20:00 Uhr	PILATES / BAUCH-BEINE-PO	Wilma Birk

Mittwoch:

10:00 - 11:00 Uhr	Gymnastik für jung gebliebene Frauen	Simone Wörner
14:45 - 15:30 Uhr	WIRBELWIND - BEWEGUNG, SPIEL & TANZ - (Kinder ab 3 Jahren)	Lisa Schwab Michelle Klein Büsra Sikilar Anmeldung bei Lisa unter 0151 72514706
15:45 - 16:45 Uhr	KINDERTURNEN Alter: 3 & 4 Jährige	Silvia Lindhorst Dana Burger Maren Lindhorst Greta Blocher Anmeldung bei Silvia unter 01713618932
17:00 - 18:00 Uhr	KINDERTURNEN Alter: 4 & 5 Jährige	Vera Aßmus Lilly Mill Dana Burger Mila Mill Anmeldung bei Vera unter 01794634692
19:00 - 20:00 Uhr	GYMNASTIK für Frauen	Doris Bau

Donnerstag:

17:00 - 18:15 Uhr	TURNEN MÄDCHEN 3. & 4. Klasse	Tanja Otteni Dana Burger Alina Gerber Pauline Boschert
18:15 - 19:45 Uhr	TURNEN MÄDCHEN 5. bis 9. Klasse	Tanja Otteni Anna Böhly
20:00 - 22:00 Uhr	FIT AM NETZ - Volleyball und mehr -	Uwe Fröhlich

Freitag:

19:00 - 20:00 Uhr	ZUMBA® FITNESS	Clara Hahn
-------------------	-----------------------	------------

2. SCHAUENBURGHALLE:

Dienstag:

17:00 - 19:00 Uhr	LEICHTATHLETIK ab 10 Jahren <i>(bei gutem Wetter am Kleinspielfeld hinter der Schwarzwaldhalle!!!)</i>	Martin Schermann
19:00 - 22:00 Uhr	VOLLEYBALL ab 16 Jahre	Daniel Dietmann

Donnerstag:

20:30 - 22:00 Uhr	JEDERMÄNNER	Martin Schermann
-------------------	--------------------	-------------------------

Freitag:

16:00 - 17:00 Uhr	LEICHTATHLETIK ab 5 Jahren	Marie Zoike Jan Tejkl Emma Schneider
17:00 - 18:30 Uhr	LEICHTATHLETIK ab 3. Klasse	Martin Schermann Nicole Ell

3. BEACHFELD (hinter der Jahnhalle):

Dienstag:

19:00 - 22:00 Uhr	VOLLEYBALL ab 16 Jahren <i>(bei schlechtem Wetter in der Schauenburghalle)</i>	Daniel Dietmann
-------------------	---	------------------------

4. GYMNASTIKRAUM

Montag:

19:00 - 20:00 Uhr	TABATA / INTERVALLTRAINING / CORE - WORK	Leonie Fröhlich
-------------------	---	-----------------

Dienstag:

18:00 - 19:00 Uhr	TANZEN ab 1. Klasse	Emely Wollmann
19:30 - 21:00 Uhr	POWER WEIBS Tanz ab 16 Jahren	Lorena Maier Luisa Caspary

Mittwoch:

19:00 - 20:00 Uhr	INTERVALLTRAINING / BAUCH-BEINE-PO	Im Wechsel: Antje Wiedemer Annika Müller
-------------------	---	--

Donnerstag:

16:00 - 17:00 Uhr	ZUMBA® KIDS 4 bis 10 Jahre	Christine Ehrenberg Greta Blocher Anmeldung unter 016099685932
-------------------	-----------------------------------	---

5. JUMPINGRAUM

Donnerstag:

18:00 - 19:00 Uhr	JUMPING® FITNESS	Lisa Teufel
19:15 - 20:15 Uhr	JUMPING® FITNESS	Lisa Teufel