WAS * WO * WANN

Übungsstundenübersicht

Dezember 2018

www.turnerbund-neckarsteinach.de

Vierburgenhalle, Karl-Schmitt-Straße 19	Tel.: 7805	VB
Stangenberghalle, Am Stangenberg 15	Tel.: 2437	Stbg
Martin-Luther-Haus, Kirchenstraße 28		M-L-H

Kontakt bei generellen Fragen/Anmerkungen zur TB04 Turnabteilung

Beate Rolke
Abteilungsleiterin TB04 Turnabteilung
Tel. 06229 / 2000
E-Mail : beaterolke@freenet.de

Kinder und Jugendliche

Nach Alter

PAMPERSROCKER

Eltern und Kind / Krabbelalter bis 3 Jahre	Mittwochs	9.30 – 10.30	Stbg
Kontakt:	Stephanie Winkelmann Tel.: 06228 383494		

TURNKRÜMEL

Kleinkinder 2 bis 4 Jahre	Donnerstags	15.30 - 16.30	Stbg
Kontakt:	Sonja Mann	E-Mail: sonjamann83@aol.com	

TURNFLÖHE

Kindergartenkinder ab 4 Jahre	Mittwochs	17.00 - 18.00	Stbg
Kontakt:	Maren Rolke Lia Dörner	Tel.: 0176 2089 0114	

KIDS IN BEWEGUNG – Kinderleichtathletik

Kindergartenkinder 4 bis 6 Jahre	Montags	16.00 – 17.00	Stbg
Kontakt:	Manuela Möhrle	Tel.: 06229 4229410	

TURNGIRLS

Grundschulmädels 1. bis 4. Klasse		Freitags	17.15 - 18.15	Stbg
Kontakt:	Beate Rolke	Tel.: 06229 2000		

SPORTSTROLCHE – Kids in Bewegung

Grundschüler 1. bis 4. Klasse		Donnerstags	16.30 - 17.30	Stbg
Kontakt:	Daniela Albert	Tel.: 06272 9229 046		
	Manuela Möhrle	Tel.: 06229 4229 410		

TURN TEENIES

Mädchen 5. bis 7. Klasse		Freitags	16.00 - 17.00	Stbg
Kontakt:	Evi Krämer	Tel.: 06229 1359		

TURN-TEAM

Jugendliche ab 8. Klasse		Donnerstags	18.00 - 19.00	Stbg
Kontakt:	Andreas Rolke	Tel.: 06229 2000		
	Felix Zellner	Tel.: 06229 9338 069		

TANZ-Mäuschen

Mädchen 1. bis 4. Klasse		Mittwochs	15.30 – 16.30	Stbg
Kontakt:	Bettina Heinze	Tel.: 06229 2287		

TANZ-Teens

8. bis 9. Klasse oder nach Absprache		Dienstags	17.30 – 18.30	Stbg
Kontakt:	Manfred Klaszus	Tel.: 0176 8235 5247		

DANCE 4 FUN

Line Dance für Erwachsene		Dienstags	19.00 – 20.00	Stbg
Kontakt:	Manfred Klaszus	Tel.: 0176 8235 5247		

Gymnastik/Fitness für Erwachsene

Nach Wochentag

KRAFIT	Kraft-/Fitness und Basketball			
für Männer 20-50 Jahre		Montags	19.00 – 20.00	Stbg
Kontakt:	Andreas Rolke	Tel.: 06229 2000		

Fit in die Woche	mit den Montagsdamen			
Gymnastik für Frauen ab 50 Jahre		Montags	20.15 – 21.30	Stbg
Kontakt:	Annemarie Bruder	Tel.: 06229 471		

FUNCTIONAL TRAINING	Cardio-/Tabata-/HIIT			
Für Jugendliche und Erwachsene		Dienstags	18.00 – 19.00	Stbg
Kontakt:	Christian Merz	E-Mail: merz_christian@t-online.de		

FIT IM ALTER	Seniorengymnastik			
für Männer und Frauen ab 70 Jahre		Mittwochs	10.00 – 11.00	M-L-H
Kontakt:	Annemarie Bruder	Tel.: 06229 471		
MITTFITS	Ausdauertraining, Step-Aerobic, Bauch-Beine-Po,			
für Frauen jeden Alters		Mittwochs	19.00 – 20.15	Stbg
Kontakt:	Beate Rolke	Tel.: 06229 2000		
Sofa-Kartoffeln	Sport und Spiel			
für junge und jung gebliebene Erwachsene		Mittwochs	20.15 – 22.00	Stbg
Kontakt:	Manuela Möhrle	Tel.: 06229 4229 410		
JederMannGymnastik	Männergymnastik und Spiel			
Männer ab 55 Jahre		Donnerstags	20.00 – 21.30	Stbg
Kontakt:	Günter Resnikschek	Tel.: 06229 2511		
Six-Pack-Factory	"Die Waschbrettbohrer"			
		Freitags	17.30 – 18.15	Stbg
Kontakt:	Christian Merz	E-Mail: merz_christian@t-online.de		
FIT AM FREITAG				
Ausdauergymnastik für Frauen jeden Alters		Freitags	19.45 – 20.45	Stbg
Kontakt:	Karina Fath	Tel.: 06229 930827		
PILATES				
Alter der Teilnehmer nicht begrenzt		Samstags	09.30 – 10.30	Stbg
Kontakt:	Annemarie Bruder	Tel.: 06229 471		

LAUFTREFF / NORDIC WALKING

Sommerzeit Walking/Nordic Walking		Dienstags	17.00 – Bachwegparkplatz
Winterzeit Walking/Nordic Walking		Dienstags	16.30 - Bachwegparkplatz
Kontakt:	Roselore Vollmer	Tel.: 06229 7530	
Sommerzeit Joggen		Samstags	17.00 – Bachwegparkplatz
Winterzeit Joggen		Samstags	15.00 – Bachwegparkplatz
Kontakt:	Walter Kretschmer	Tel.: 06229 930665	

WAS * WO * WANN - November 2018