

WAS * WO * WANN

Übungsstundenübersicht

November 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
Kontakt: Mirka Kress

Mittwochs	9.30 – 10.30	Stbg
Tel.:	0176 5672 9293	

TURNKRÜMEL

Kleinkinder 2 bis 4 Jahre
Kontakt: Sonja Mann

Donnerstags	15.30 - 16.30	Stbg
E-Mail:	sonjamann83@aol.com	

TURNFLÖHE

Kindergartenkinder ab 4 Jahre
Kontakt: Maren Rolke
Lia Dörner

Mittwochs	17.00 - 18.00	Stbg
Tel.:	0176 2089 0114	

KIDS IN BEWEGUNG – Kinderleichtathletik

Kindergartenkinder 4 bis 6 Jahre
Kontakt: Manuela Möhrle

Montags	16.00 – 17.00	Stbg
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				
Ausdauertraining 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