



# Turnverein Falkenberg Trainingszeiten



25.09.2018

Wochentag	Zeiten	Gruppe	Übungsstätte	Übungsleiter
<b>Badminton-Abteilung, Ansprechpartner: Andreas Lemke, Tel. 0 47 91 - 80 79 779</b>				
Wochentag	Zeiten	Gruppe	Übungsstätte	Übungsleiter
Dienstag	18.30 – 20.00	Kinder und Jugendliche	Schoofmoorhalle	Sonja und Marvin
Dienstag	20.00 - 22.00	Erwachsene	Schoofmoorhalle	Frank Dannemann
Freitag	16.00 - 18.00	Kinder und Jugendliche	Schoofmoorhalle	Sonja und Marvin
Freitag	20.00 - 22.00	Erwachsene	Schoofmoorhalle	Frank Dannemann
<b>Ballett-Abteilung, Ansprechpartner: Anna Pujadas-Mirete, Tel. 0 42 98 - 46 69 14</b>				
Montag	14.55 - 15.35	4 – 6Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Montag	15:35 - 16:25	7 – 8 Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Dienstag	14.45 – 15.25	3 –4 Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Mittwoch	20:00 - 21:30	18 - 70 ... Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Donnerstag	15.00 – 16.00	8 – 9 Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Donnerstag	16.00 – 17.30	10 – 14 Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
Donnerstag	17.30 – 19.10	15 – 18+ Jahre	Vereinshalle	Anna Pujadas
<b>Ballschule, Ansprechpartner: Maurice Howe</b>				
Mittwoch	16.45 – 17.50	6 – 10 Jahre	Schoofmoorhalle	Maurice Howe
<b>Basketball-Abteilung, Ansprechpartner: Christine Dieckhöfer 0173/1514007</b>				
Montag	17.00 –18.30	Jungen+Mädchen 11 – 16 Jahre	Schoofmoorhalle	Maurice Howe
Montag	18.30 – 20.00	U 16 männlich	Schoofmoorhalle	Maurice Howe
Montag	20.00 – 22.00	U 18 männlich	Schoofmoorhalle	Maurice Howe
Montag	20.00 - 22.00.	Hobby Erwachsene	Schoofmoorhalle	Christian Kunkemöller
Mittwoch	20.00 -22.00	Damen 16 – 40 J.	Halle Ostlandstraße	Christian Kunkemöller
Donnerstag	16.00 – 18.00	U 16 männlich	Halle Ostlandstraße Anbau	Maurice Howe
Freitag	19.30 – 22.00	U 18 männlich	Halle Ostlandstraße Anbau	Maurice Howe
<b>Fitness- und Gesundheitsprogramm, Ansprechpartner: Monika Mieltz 04298/31855</b>				
Montag	8 – 9.30	Yoga	Gymnastikhalle Schoofm	Rita Sürken
Montag	11.30 – 13.00	Line Dance	Vereinshalle	Sylvia Spilker
Montag	17.30 – 18.15	Wirbelsäulengymnastik	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Montag	17.00 – 18.00	Line Dance Anfänger	Halle Trupermoor	Sylvia Spilker
Montag	18.00 – 19.30	Line Dance	Halle Trupermoor	Sylvia Spilker
Montag	18.15 – 19.15	Hot Iron	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Dienstag	16.30 – 18.00	Qi-Gong Anfänger	Vereinshalle	Karin Lohmann
Dienstag	18.00 – 19.30	Qi-Gong Fortgeschrittene	Vereinshalle	Karin Lohmann
Dienstag	19.30 – 20.30	Fitness-Dance Anfänger	Vereinshalle	Bianca Eils
Mittwoch	10.00 – 11.00	Wirbelsäulengymnastik	Vereinshalle	Elke Licht
Mittwoch	18.00 – 19.00	Pilates	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Mittwoch	19.00 – 20.00	Hot Iron	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Donnerstag	08.15 – 09.15	Pilates	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Donnerstag	11.45 – 12.30	Rücken und Gelenke	Vereinshalle	Kerstin Dankwardt
Donnerstag	19.00 – 20.00	Deep Work	Gymnastikhalle Schoofm	Kerstin Dankwardt
Samstag	10 – 11.30	Yoga	Vereinshalle	Rita Sürken
<b>Gesellschaftstanz-Abteilung, Ansprechpartner: Reinhold Länger, Tel. 0 42 98 - 55 03</b>				
Dienstag	18:45-20:30	Tanzkreis	Festsaal Beckers Restaurant	Stefan Segelken
Dienstag	20:30-22:15	Tanzkreis	Festsaal Beckers Restaurant	Stefan Segelken
Mittwoch	18:30-20:15	Tanzkreis	Festsaal Beckers Restaurant	Stefan Segelken
Mittwoch	20:30-22:15	Tanzkreis	Festsaal Beckers Restaurant	Stefan Segelken
Donnerstag	20:30 - 22:15	Tanzkreis	Festsaal Beckers Restaurant	Stefan Segelken
Sonntag	17.30 – 19.15	Tanzkreis	Vereinshalle	Stefan Segelken
Sonntag	19.30 – 21.15	Tanzkreis	Vereinshalle	Stefan Segelken
<b>Gymnastik und Fitness Abteilung, Ansprechpartner: Bianca Eils 0 42 98 – 41 79 24</b>				
Montag	08.25-9.25	Zumba Fitness	Vereinshalle	Bianca Eils
Montag	19.15 - 20.15	Zumba Gold	Vereinshalle	Bianca Eils
Montag	19.00 - 20.00	Herrengymnastik	Schoofmoorhalle	Karin Lohmann
Montag	20.15 - 21.15	Aerobic/BBP	Vereinshalle	Bianca Eils
Montag	20.00 - 21.00	Frauengymnastik	Schoofmoorhalle	Karin Lohmann
Montag	20.30 - 22.00	Jazzgymnastik	Halle Trupermoor	Marianne Geiersbach
Dienstag	9.00 - 10.00	Frauengymnastik	Vereinshalle	Bianca Ernst
Dienstag	10.15-11.15	Seniorengymnastik	Vereinshalle	Elke Licht
Dienstag	11.15-12.15	Hockergymnastik/Frauen/Männer	Vereinshalle	Elke Licht

Dienstag	20.30 - 21.30	Fitness-Dance Fortg.	Vereinshalle	Bianca Eils
Mittwoch	9.00 – 10.00	Funktionsgym/Frauen/Männer	Vereinshalle	Elke Licht
Mittwoch	20.00-22.00	Frauengymnastik/Jazz/Ballsiele	Halle Trupermoor	Marianne Geiersbach
Donnerstag	9.15 – 10.30	Ganzheitliches Körpertraining Faszien in Bewegung	Vereinshalle	Martina Schaper
Donnerstag	18.00 – 19.00	Power-Man	Gymnastikhalle Schoofm	Kerstin Dankwardt
Donnerstag	19.00 - 20.00	Frauengymnastik	Halle Trupermoor	Doris Feldermann
Donnerstag	19.15 - 20.15	Zumba-Fitness	Vereinshalle	Bianca Eils
Donnerstag	20.15 - 21.15	Zumba-Fitness	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	15.30 - 16.15	Zumba Kids 6 - 13J.	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	16.15 - 17.00	Fitness-Dance + HipHop ab 9 J.	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	19.15 - 20.15	Zumba - Gold	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	20.15 - 21.15	Zumba-Fitness	Vereinshalle	Bianca Eils
<b>Kampfsport-Abteilung, Ansprechpartner: Uwe Armschat, Tel. 0 176 - 60 00 49 13</b>				
<b>Karate</b>				
Montag	16.00 - 17.00	(nach Absprache ÜL)	Gymnastikhalle Schoofm	Peter Jentsch
Mittwoch	16.30 – 17.30	(nach Absprache ÜL)	Gymnastikhalle Schoofm	Peter Jentsch
Freitag	17.00 – 18.00	(nach Absprache ÜL)	Gymnastikhalle Schoofm	Peter Jentsch
Sonntag	9.00 – 11.00	(nach Absprache ÜL)	Vereinshalle	Peter Jentsch
<b>Combat Sambo</b>				
Dienstag	16.30 - 18.00	Kinder und Jugendliche	Gymnastikhalle Schoofm	Uwe Armschat
Donnerstag	16.30 – 18.00	Kinder und Jugendliche	Gymnastikhalle Schoofm	Uwe Armschat
Freitag	18.00 – 19.30	Frauen und Männer	Kleine Halle Ostlandstraße	Uwe Armschat
<b>Tae Kwon Do</b>				
Freitags	18.00 – 19.00	Kinder und Jugendliche	Gymnastikhalle Schoofm	Eduard Pfeifer
Freitags	19.00 – 20.00	Erwachsene	Gymnastikhalle Schoofm	Eduard Pfeifer
<b>Kickboxen</b>				
Donnerstag	20.00 – 21.30	Jugendliche und Erwachsene	Gymnastikhalle Schoofm	Eduard Pfeifer
<b>Leichtathletik für Jedermann - Sportabzeichen, Ansprechpartner: Gerd Dargel, Tel. 0 42 98 - 3 12 30</b>				
Montag	18.15 - 19.30	Jedermann/frau Leichtathletik Sporta	Schoofmoorstadion	Gerd Dargel
		Nur jeweils von April bis Oktober!		
<b>Modellflugsport-Abteilung, Ansprechpartner: Roger Bartsch, Tel. 0 421 - 27 35 70</b>				
Wochentag	Zeiten	Gruppe	Übungsstätte	Übungsleiter
Montag	17.30 - 20.00	Modellfliegen (Kinder+Erw.)	kleine Halle Ostlandstraße	Roger Bartsch
Freitag	18.00 - 20.00	Modellfliegen (Kinder+Erw.)	Schoofmoorhalle	Roger Bartsch
Freitag	18.00 - 22.00	Modellfliegen (Kinder+Erw.)	große Halle Ostlandstraße	Roger Bartsch
Sonntag	11.00 - 13.00	Basteln f. Kinder ab 8 J. und Erwachsene immer in den Wintermonaten	Christoph-Tornée-Schule	Roger Bartsch
donnerstags	ab 19.30	Klönschnack jeden 1. Donnerstag im Monat im Wechsel in Lilienthal oder Tarmstedt		
		Bocadillo / Bauernreihe ( Ort siehe: <a href="http://www.modellflug-lilienthal.de">www.modellflug-lilienthal.de</a> )		
<b>Rehasport und Funktionstraining, Ansprechpartner: Monika Mielitz 04298/31855</b>				
Montag	16.30 – 17.30	Rehasport im Trockenen	Vereinshalle	Karin Lohmann
Mittwoch	11.00 – 12.00	Rehasport im Trockenen	Vereinshalle	Karin Lohmann
Mittwoch	12.00 – 13.00	Rehasport im Trockenen	Vereinshalle	Karin Lohmann
Donnerstag	10.30 – 11.30	Rehasport Brustkrebsnachsorge	Vereinshalle	Elke Licht
<b>Schwimmen, Ansprechpartner: Ute Hinzmann Tel. 04283 - 981565</b>				
Montag	s. Kursplan	Baby- u. Kleinkind-Schwimmen	Ab 12 Monate	Ute Hinzmann
Montag	s. Kursplan	Baby- u. Kleinkind-Schwimmen	Bis 12 Monate	Ute Hinzmann
Dienstag	17.15 - 18.00	Kinder 5-12 Jahre (Voraussetzung Seepferdchen)	Hallenbad Lilienthal	Ute Hinzmann
Dienstag	18.15 - 19.00	Kinder 13-19 Jahre	Hallenbad Lilienthal	Ute Hinzmann
<b>Tischtennis-Abteilung, Ansprechpartner: Ralf Lohmann, Tel.0421 - 41 707 99</b>				
Montag	18.00 - 20.00	Kinder und Jugendliche	Halle Ostlandstraße	Ralf Lohmann
Montag	20.00 - 22.00	Erwachsene	Halle Ostlandstraße	Ralf Lohmann
Donnerstag	18.00 - 20.00	Kinder und Jugendliche	Halle Ostlandstraße	Ralf Lohmann
Donnerstag	20.00 – 22.00	Erwachsene	Halle Ostlandstraße	Ralf Lohmann
<b>Turn-Abteilung u. Tanzen Kids, Ansprechpartner: Ralf Töbelmann, Tel. 0 42 98 - 3 19 33</b>				
Montag	09.30 - 10.30	Baby-Kleinkind-Turnen ab 18 Mon	Vereinshalle	Iris Flömer
Montag	10.30 - 11.30	Baby-Turnen ab 8 Monate	Vereinshalle	Iris Flömer
Montag	16.30 - 18.00	Geräteturnen Mädchen 8 - 12 J.	Halle Ostlandstraße	Christa Kuttler
Dienstag	15.30 - 16.30	Eltern und Kind Turnen	Vereinshalle	Sabine Kranke
Dienstag	16.45 - 18.30	Trampolin ab 6 J.	Schoofmoorhalle	Iris Flömer
Dienstag	16.30 - 18.00	Geräteturnen Jungen+Mädchen	Schoofmoorhalle	Tim Kuttler
Mittwoch	15.15 – 16.15	Kinderturnen 3 - 6 J	Schoofmoorhalle	Sabine Kranke
Mittwoch	15.15 – 16.15	Eltern - Kind Turnen	Schoofmoorhalle	Sabine Kranke

Mittwoch	15.00 - 16.00	Kindertanz 4 - 6 J	Vereinshalle	Iris Flömer
Mittwoch	16:00 - 17:00	Kindertanz 6 - 8 J	Vereinshalle	Iris Flömer
Mittwoch	17:00 - 18:00	Jazzdance ab 9 J	Vereinshalle	Iris Flömer
Mittwoch	16.30 - 18.00	Allgemeines Turnen Jungen ab 7 J.	Halle Trupermoor	Shannon Mintah Anom
Donnerstag	16.00 - 17.00	Kinderturnen 3 - 5 J.	Halle Trupermoor	Iris Flömer
Donnerstag	17.00 - 18.00	Kinderturnen ab 6 J.	Halle Trupermoor	Iris Flömer
Donnerstag	16.00 - 17.00	Kinderturnen ab 3 - 5 J.	Halle Ostlandstraße	Sabine Kranke
Donnerstag	17.00 - 18.00	Kinderturnen ab 6 J.	Halle Ostlandstraße	Sabine Kranke
Freitag	15.30 - 16.15	Zumba Kids 6 - 13J.	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	16.15 - 17.00	Fitness-Dance + HipHop ab 9 J.	Vereinshalle	Bianca Eils
Freitag	17.00 - 19.00	Leistungsturnen Mädchen 8-16 J	Halle Trupermoor	Shannon Mintah Anom
<b>Volleyball-Abteilung, Ansprechpartner: Michael Thienemann 0 42 98 - 48 75</b>				
Montag	20.00 - 22.00	Herrn Punktspielbetrieb	kleine Halle Ostlandstraße	Martin Schonhoff
Dienstag	20.00 - 22.00	Mixed (Jugend ab 16J. u.Erw.)	Schoofmoorhalle	Lioba Hirsch
Donnerstag	20.00 - 22.00	Herrn Punktspielbetrieb	Schoofmoorhalle	Martin Schonhoff
Donnerstag	20.00 - 22.00	Hobby	Schoofmoorhalle	Michael Thienemann
Mo, Di, Do	ab 18.30	Im Sommer bei guten Wetter	Beachvolleyballanlage	Christian Richter
<b>Walking-Abteilung, Ansprechpartner: Heidrun Knoth, Tel. 0 42 98 - 15 69</b>				
Mittwoch	9.30 - 10.30	Herbstferien-Ostern	Start Vereinshaus	Heidrun Knoth
Mittwoch	18.00 - 19.00	Ostern-Herbstferien	Start Vereinshaus	Heidrun Knoth
<b>Wander-Abteilung, Ansprechpartner: Hans-Georg Kruse, Tel. 0 42 98 - 3 18 90</b>				
jeden 3. Sonntag im Monat (Änderungen vorbehalten) treffen wir uns um 8 Uhr auf dem				Hans-Georg Kruse
Parkplatz des Sportzentrums Schoofmoor. Weitere Termine entnehmen Sie dem Aushang				Günter Flömer
im Flur des Sportzentrums Schoofmoor und im Vereinshaus				