

# Turnverein Ichenheim 1911 e.V.

## Stundenplan



01.08.2024

<b>Montag</b>			
8.00-9.00 Uhr	Walking	ab LRH	W. Heitz
15.00-16.00 Uhr	Senioren Frauen	LRH	B. Kaufmann
16.15-18.15 Uhr	Turnmäuse	LRH	M. Noll, L. Stocker, A. Bühler, A. Klammer
18.30-20.00 Uhr	Yoga-Kurs	LRH	S. Siegenführ
20.00-21.00 Uhr	Schweinehund Ade	LRH	Y. Hering
17.00-19.00 Uhr	Leistungsriege 3	Riedhalle 1	J. Ziser, K. Wilhelm, L. Eudelle
19.00-20.00 Uhr	Flexi-Cardio / Kurs	Riedhalle 1	K. Neurath
17.00-20.30 Uhr	Trampolin	Riedhalle 2	I. Papp, M. Papp, C. Broß, K. Decker
17.00-20.00 Uhr	Leistungsturnen männlich	Riedhalle 3	P. Grieshaber, N. Rudolf
20.00-22.00 Uhr	Volleyball	Riedhalle 2+3	C. Rehm
8.30-9.30 Uhr	Back to Sport Kurs	Spiegelsaal	S. Eckenfels
17.00-18.00 Uhr	Body Workout Kurs	Spiegelsaal	A. Dilger
18.00-19.00 Uhr	Funken	Spiegelsaal	S. Cziołek
19.00-21.00 Uhr	Dance Fit	Spiegelsaal	K. Altmann
19.00-20.30 Uhr	Badminton Dundenheim	Lindenfeldhalle	B. Baas
<b>Dienstag</b>			
14.30-16.00 Uhr	Vorschulturnen I	LRH	S. Götzenberger, S. Dietrich, L. Stolz, E. Rauch
16.15-17.15 Uhr	Vorschulturnen II	LRH	V. Martinelli, I. Wagner, L. Stolz, E. Rauch
17.30-20.00 Uhr	Leistungsturnen weiblich LR1	LRH	R. Walter, T. Wilhelm, V. Pagel
20.00-21.00 Uhr	Strong Nation Kurs	LRH	S. Eckenfels
17.00-18.00 Uhr	Walking Winter	ab LRH	W. Heitz
16.00-17.00 Uhr	Walking Sommer	ab LRH	W. Heitz
10.00-11.00 Uhr	Krabbelkäfer	Spiegelsaal	F. Hog
16.30-18.30 Uhr	Yoga-Kurs	Spiegelsaal	S. Siegenführ
19.00-20.00 Uhr	Outdoor-Fit / Fit Mix Kurs / Kaha	Outdoor / Spiegelsaal	K. Neurath
20.00-21.00 Uhr	Kaha Kurs	Spiegelsaal	K. Neurath
20.00-21.30 Uhr	Fit & Fun	Spiegelsaal	S. Herrmann
16.30-20.30 Uhr	Trampolin	Lindenfeldhalle	I. Papp, M. Papp, C. Broß, K. Decker
<b>Mittwoch</b>			
15.30-17.00 Uhr	Vorschulturnen III	LRH	M. Ziebarth, S. Schmidt
17.00-20.00 Uhr	Leistungsturnen männlich	LRH	P. Grieshaber, N. Rudolf
20.00-22.00 Uhr	Badminton Ichenheim	LRH	A. Keller
18.15-19.30 Uhr	Yoga-Kurs	ev. Gemeindehaus	E. Lipps
18.15-19.45 Uhr	Yoga-Kurs	kath. Kiga	S. Siegenführ
20.00-21.00 Uhr	Yoga-Kurs	ev. Gemeindehaus	E. Lipps
7.00-10.00 Uhr	Spiegelsaal & Foyer werden geputzt	Spiegelsaal	Gemeinde
17.00-19.00 Uhr	wechselndes Kursangebot	Spiegelsaal	S. Siegenführ
19.00-20.00 Uhr	Walking & Step	Outdoor / Spiegelsaal	U. Jäger
20.00-21.30 Uhr	Feel Well	Spiegelsaal	J. Henninger
<b>Donnerstag</b>			
15.15-16.15 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 1	LRH	L. Martic, J. Reichenbach
16.30-17.30 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 2	LRH	L. Martic, Ö. Klotz
17.30-19.00 Uhr	Turnkids	LRH	J. Feierstein, N. Rudolf, L. Lauer
17.30-19.00 Uhr	Turnen weiblich LR3	LRH	J. Ziser, K. Wilhelm, T. Ehinger
19.00-20.00 Uhr	Frauengymnastik 1	LRH	K. Altmann
20.00-21.30 Uhr	Frauengymnastik 2	LRH	B. Kaufmann
08:15-09:15 Uhr	Sunrise Fit Kurs	Spiegelsaal	S. Eckenfels
09.30-10.30 Uhr	Bodystyling	Spiegelsaal	S. Eckenfels / A. Dilger
13.15-14.50 Uhr	Tanz AG Schule	Spiegelsaal	Realschule
17.30-18.30 Uhr	After Work Fitness	Spiegelsaal	S. Eckenfels
19.00-20.00 Uhr	Pilates-Kurs	Spiegelsaal	C. Lukas
20.00-21.00 Uhr	Pilates-Kurs	Spiegelsaal	C. Lukas
<b>Freitag</b>			
09.00-10.30 Uhr	Yoga-Kurs	Spiegelsaal	S. Siegenführ
13.30-15.00 Uhr	Abenteuer-Erlebnis-Sport Kl. 1+2	LRH	Y. Hering, K. Schnebel, L. Lienhardt
15.00-16.00 Uhr	Abenteuer-Erlebnis-Sport Kl. 3+4	RSH	S. Reichenbach, A. Henninger, M. Stolz
15.00-16.00 Uhr	Vorschulturnen IV	LRH	P. Bartsch, F. Richter, L. Sieber
16.00-17.30 Uhr	Kinderturnen	LRH	J. Feierstein
17.00-20.00 Uhr	Leistungsturnen weiblich LR1	LRH	V. Pagel, R. Walter
20.00-22.00 Uhr	Jedermänner	LRH	A. Kopf
17.30-18.30 Uhr	Powerkidz	Riedhalle 1	N. Reichenbach, C. Buss
15.30-18.30 Uhr	Trampolin	Riedhalle 2	I. Papp, M. Papp, C. Broß, K. Decker
16.00-18.30 Uhr	Leistungsturnen männlich	Riedhalle 3	P. Grieshaber, N. Rudolf
17.15-18.15 Uhr	Move&Dance	Spiegelsaal	K. Altmann
18.50-19.50 Uhr	Männerkurs	Spiegelsaal	C. Lukas / S.Herrmann
20.00-21.00 Uhr	Faszienpilates-Kurs	Spiegelsaal	C. Lukas