

Turnverein 1903 Heftrich e.V.

Übungs- und Trainingsplan

Stand 01. 05. 2024

Tag	Übungszeit	Übungsort	Sportart / Alter	Übungsleiter/in
Turnen - Spiele - Leichtathletik - Gymnastik - Walking				Abteilungsleiterin: Christine Kobs
Montag	16:00 - 16:45	Sportplatz + W-M-H Heftrich	Sport + Spiele Jungen + Mädchen ab 6 Jahre	Christine Schulle
Montag	16:45 - 17:30	Sportplatz + W-M-H Heftrich	Sport + Spiele Jungen + Mädchen ab 6 Jahre	Christine Schulle
Dienstag	09:00 - 10:00	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Frauengymnastik Wirbelsäule- + Rückenschule	Helga Schuster Christine Kobs
Dienstag	16:00 - 17:00	Willi-Mohr-Halle Heftrich		
Dienstag	17:00 - 18:00	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Frauengymnastik	Helga Schuster Christine Kobs
Mittwoch	20:00 - 21:00	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Gymnastik „Fit und Gesund“ Frauen + Männer	Roland Steiner
Donnerstag	15:30 - 16:30	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Spielturnen Jungen + Mädchen 3 – 6 Jahre	Katja Meißner Jule Meißner
Donnerstag	16:30 - 17:30	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Eltern-Kind-Turnen Kinder ab 1 ½ Jahre	Katja Meißner Jule Meißner
Freitag	08:30 - 09:30	Heftrich	Walking Frauen + Männer	Helga Schuster

Yoga - Pilates

Abteilungsleiterin: Christine Kobs

Dienstag	18:00 - 19:15	Alteburgschule Heftrich	Yoga Frauen + Männer	Kerstin Gruber
Dienstag	19:30 - 20:45	Alteburgschule Heftrich	Yoga Frauen + Männer	Kerstin Gruber
Mittwoch	18:00 - 19:00	Alteburgschule (1) Willi-Mohr-Halle (2)	Pilates Frauen + Männer	Birte Kaunitz
Mittwoch	19:00 - 20:00	Alteburgschule (1) Willi-Mohr-Halle (2)	Pilates Frauen + Männer	Birte Kaunitz

(1) = November - März

(2) = April - Oktober

Tanzen

Abteilungsleiterin: Sonja Vocke

Dienstag	18:30 - 19:30	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Line Dance Einsteiger*innen	Sonja Vocke
Dienstag	19:30 - 20:45	Willi-Mohr-Halle Heftrich	Line Dance Frauen + Männer	Sonja Vocke
Donnerstag	19:00 - 22:00	Willi-Mohr-Halle Heftrich		

Helga Schuster
Birte Kaunitz
Christine Kobs
Thorsten Kaulen
Günter Atzbacher

Tel. 06126 - 43 01
Tel. 0172 - 5858 377
Tel. 06126 - 229 527
Tel. 0170 - 453 7207
Tel. 0163 - 510 8460

Kaja Meißner
Roland Steiner
Kerstin Gruber
Christian Scheurer
Helmut Neuroth

Tel. 06126 - 9538873
Tel. 0175 - 2235 427
Tel. 0176 - 5090 2883
Tel. 0157 - 3147 1088
Tel. 0171 - 7837 240

Christine Schulle
Sven Heidmann
Sonja Vocke
Matthias Steyer

Tel. 06126 - 1488
Tel. 06126 - 78997967
Tel. 06126 - 7004 699
Tel. 0171 - 6428 400

Turnverein 1903 Heftrich e.V.

Übungs- und Trainingsplan

Stand 01. 05. 2024

Tag	Übungszeit	Übungsort	Sportart / Alter	Übungsleiter/in
Badminton				Abteilungsleiter: Matthias Steyer
Mittwoch	18:30 - 20:30 (1) 20:00 - 22:00 (2)	Hexenturmhalle Idstein (1) = Dezember - Februar	Frauen + Männer Jungen + Mädchen ab 14 Jahre (2) = März - November	Matthias Steyer

Schießen				Abteilungsleiter: Sven Heidmann Christian Scheurer
Dienstag	19:30 - 21:00 19:30 - 22:00	Schützenhaus Heftrich	Luftgewehr ab 12 Jahre Jungen + Mädchen mit dem Erziehungsberechtigten Luftgewehr / KK - Gewehr Luftpistole / Sportpistole GK-Pistole / GK-Revolver ** GK-Gewehr incl. Selbstlader ** KK- + GK-Unterhebelrepetierer ** Vorderlader-Gewehr + -Pistole *****	
Freitag	19:30 - 21:00 19:30 - 22:00	Schützenhaus Heftrich	Luftgewehr ab 12 Jahre Jungen + Mädchen mit dem Erziehungsberechtigten Luftgewehr / KK - Gewehr Luftpistole / Sportpistole GK-Pistole / GK-Revolver KK- + GK-Unterhebelrepetierer Vorderlader-Gewehr + -Pistole *****	
Sonntag	10:00 - 12:00 10:00 - 13:00 10:00 - 13:00 11:00 - 13:00	Schützenhaus Heftrich	Luftgewehr ab 12 Jahre Jungen + Mädchen mit dem Erziehungsberechtigten Luftgewehr / Luftpistole KK-Gewehr / KK-Pistole GK-Gewehr, -Pistole + -Revolver	

** = Voraussetzung - Zustimmung der Schützen !!

***** = Voraussetzung - Absprache und Ankündigung !!

Faustball Abteilungsleiter:

Kegeln Abteilungsleiter:

Wandern Abteilungsleiter:

Wanderungen und Ausflüge lt. Veranstaltungsplan

Helga Schuster	Tel. 06126 - 43 01	Katja Meißner	Tel. 06126 - 9538873	Christine Schulle	Tel. 06126 - 1488
Birte Kaunitz	Tel. 0172 - 5858 377	Roland Steiner	Tel. 0175 - 2235 427	Christine Kobs	Tel. 06126 - 229 527
Kerstin Gruber	Tel. 0176 - 5090 2883	Thorsten Kaulen	Tel. 0170 - 453 7207	Christian Scheurer	Tel. 0150 - 3147 1088
Matthias Steyer	Tel. 0171 - 6428 400	Günter Atzbacher	Tel. 0163 - 510 8460	Sonja Vocke	Tel. 06126 - 7004 699
Helmut Neuroth	Tel. 0171 - 7837 240	Sven Heidmann	Tel. 0176 - 7899 7967		