

TSD-Sporthallenbelegungsplan

Stand 01.01.2014

MONTAG

9:00 – 10:00 Präventionskurs: "Rücken-Fit"	Hans Jürgen Wagner
10:00 – 11:00 Präventionskurs: "Rücken-Fit für Seniorinnen"	Hans Jürgen Wagner
15:30 – 16:30 Tanzen für Kinder „COOL-KIDS“ (6 – 11 Jahre)	Karin Hinzmann
16:30 – 17:30 Herzsportgruppe für Senioren oder Rehasport Orthopädie in Planung	NN
17:30 – 19:00 Herzsportgruppe	Hans-Jürgen Wagner
19:00 – 20:00 Fitness und Rückenschule für Erwachsene	Horst Klepatsch
20:00 – 21:00 Zumba	Mirka Zuk

DIENSTAG

09:00 – 10:00 Präventionskurs: „Rücken-Fit“	Hans-Jürgen Wagner
10:00 – 11:00 Präventionskurs: „Rücken-Fit für Senioren“	Hans-Jürgen Wagner
15:00 – 16:00 Kinderturnen (Kinder 4 u. 5 Jahre)	Hans-Jürgen Wagner
16:00 – 17:00 Kinderturnen (Schulkinder 6 – 10 Jahre)	Hans-Jürgen Wagner
17:15 – 18:00 Reha-Sport Orthopädie	Hans-Jürgen Wagner
18:00 – 19:00 Präventionskurs: Sanftes Rückentraining mit Kleingeräten	Julia Aufmkolk
19:00 – 20:00 Präventionskurs: Herz-Kreislauf "TSD-PAG"	Julia Aufmkolk
20:00 – 21:30 Gymnastik u. Spiele / Frauenabteilung	Tanja Ebeling-Kozakiewicz

MITTWOCH

10:00 – 11:30 Kindergarten Dahlerbrück	
15:30 – 16:30 Eltern-Kind Turnen	<i>Hans Jürgen Wagner</i>
16:30 – 17:15 Rehasport-Orthopädie in Vorbereitung	NN
17:30 – 18:30 Zumba	Mirka Zuk
18:30 – 19.30 Freizeittischtennis	<i>Dietmar Pfeil</i>
19:30 – 21:30 SPLENDID Tanzgruppe	<i>Christina Djhangiroff</i>

DONNERSTAG

09:00 – 10:00 Reha-Sport Orthopädie oder Rückengymnastik in Vorber.	Hans-Jürgen Wagner
10:00 – 11:00 Reha-Sport Orthopädie	Hans-Jürgen Wagner
16:30 – 18:30 Tanzgruppen STARLIGHT u. NOTORIOUS	Christina Djhangiroff
18:30 – 20:00 Fit und aktiv im Studio	Hans-Jürgen Wagner
19:00 – 20:00 Gymnastik-Frauen	Karin Hinzmann
20:00 – 21:30 Fit und Fun für Frau und Mann	Antje Korreck

FREITAG

16:00 – 17:30 NEW GENERATION Tanzgruppe und Body-Power für Jugendliche	Kerstin Kailing
17:30 – 18:15 Rehasport-Orthopädie in Vorbereitung	NN
18:30 – 20:00 Präventionskurs: "Cardio-Aktiv" für Herren	H-J Wagner und Co.
20:00 – 22:00 Freitags-Männer (Volleyball)	Dietmar Pfeil

SAMSTAG und SONNTAG

Nach Absprache Tanzgruppe SPLENDID