

# Übungsplan TV 1902 Frei Weinheim e.V.



Stand: 31.03.2024

Montag	Angebot	Übungsleiter	Ort
8:30 - 9:45	Gem Walking/Nordic-Walking	U. Gerber	Jungau
9:45 - 11:00	Gem Walking/Nordic-Walking für Senioren 75+	U. Gerber	Jungau
10:00 - 11:30	Gem <b>Yoga</b> am Morgen <sup>K*</sup>	P. Kolfenbach/ S. Heisig	Bürgerhaus
15:00 - 16:00	Gem Seniorengymnastik	A. Topeters	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	Gem Eltern-Kind-Turnen <sup>K</sup>	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege 2	E. Klos, A. Klos, S. Linder	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Mäd Aufbauwettkampfriege	A. Krauter, J. Galuszka	Turnhalle BGS
19:00 - 20:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
19:15 - 20:30	Gem Vinyasa <i>Flow</i> Yoga <sup>K*</sup>	B. Sobkowiak/ P. Kolfenbach	Bürgerhaus
20:00 - 21:00	Gem Wirbelsäulengymnastik	B. Guhlmann	Turnhalle BGS
<b>Dienstag</b>			
10:00 - 11:30	GEM <b>Yoga</b> kennt kein Alter <sup>K*</sup> am Morgen	G. Schoop	Bürgerhaus
14:00 - 15:30	GEM <b>Yoga</b> kennt kein Alter <sup>K*</sup> am Nachmittag	G. Schoop	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	Gem Krabbelturnen	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 19:00	Mäd Wettkampfriege 1	M. Sattler-Klöss, M. Ahrens-Rötzer, A. Krauter	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Wirbelsäulengymnastik *	B. Guhlmann	Bürgerhaus
18:00 - 19:00	Gem <i>Pilates</i> 1 <sup>K*</sup>	M. Manzano Laudenbach	Bürgerhaus
18:00 - 19:00	Gem <b>STRONG &amp; Stretchy</b>	C. Koch	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Fitnesstrends - BauchBeinePo	M. Manzano Laudenbach	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Funktionsgymnastik	A. von Trentini	Bürgerhaus
19:30 - 21:30	Jun Gymnastik und Ballspiele für Männer	G. Roos	Turnhalle BGS
<b>Mittwoch</b>			
08:30 - 09:30	Gem Kurs Pilates 60+ <sup>K*</sup>	M. Manzano Laudenbach	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	Gem Kleinkinderturnen (3J - Schuleintritt)	E. Plep und Team	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Gem allg. Kinderturnen (1. - 4. Klasse)	A. Klos, E.Klos, V. Schaurer, und Team	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem Kurs Pilates <i>Balance</i> <sup>K*</sup>	M. Manzano Laudenbach	Bürgerhaus
19:00 - 20:00	Gem Kurs Easy <b>Step</b> <sup>K*</sup>	C. Löhr	Bürgerhaus
18:30 - 20:00	Jun Hallenfußball	F. Topeters	Turnhalle BGS
20:00 - 21:15	Mäd Mittwochsturnerfrauen - 60plus	S. Hagel	Turnhalle BGS
20:00 - 21:30	Mäd Funktionsgymnastik für Frauen	E. Breyer/ H. Reitz	Turnhalle BGS
<b>Donnerstag</b>			
09:00 - 10:00	Gem Fitnessgymnastik 55 Plus	A. Topeters	Bürgerhaus
10:00 - 11:00	Gem Fit forever 50 Plus	A. Topeters	Bürgerhaus
16:00 - 17:00	GEM Bewegung auf Musik für die Aller kleinsten (ca. 1 bis 3 J.) Grundlagen der Leichtathletik	E. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 18:30	Gem <i>Motto "Höher-Schneller-Weiter"</i>	C.Ott und Team	roter Platz - BGS
16:00 - 18:00	Mäd Aufbauwettkampfriege **	A. Krauter, J. Galuszka	Turnhalle BGS
16:00 - 17:00	Gem Walking/ Nordic-Walking **	Ansprechpartner: K. Urgast	Jungau
18:00 - 20:00	Mäd Wettkampfriegen 1	M. Sattler-Klöss, M. Ahrens-Rötzer, A. Krauter	Turnhalle BGS
18:00 - 19:00	Gem <i>Pilates</i> 2 <sup>K*</sup>	M. Manzano Laudenbach	Bürgerhaus
<b>Freitag</b>			
08:30 - 09:30	Gem Wirbelsäulengymnastik *	B. Guhlmann	Bürgerhaus
08:30 - 09:45	Gem Walking/ Nordic-Walking	U. Gerber	Jungau
9:15 - 10:15	Gem Babys in Bewegung <sup>K*</sup> <i>Kurse siehe Homepage</i>	E.Plep	Bürgerhaus
09:45 - 11:00	Gem Walking/ Nordic-Walking für <b>Senioren</b> 75+	U. Gerber	Jungau
15:30 - 16:15	Gem Bewegung auf Musik 1 (2 3/4J. bis 4 Jahre)	S. Hagel, J. Plep	Turnhalle BGS
16:00 - 17:00	Gem Eltern-Kind-Turnen <sup>K</sup>	C. Löhr und Team	Turnhalle BGS
16:15 - 17:00	Gem Bewegung auf Musik 2 (5J. - Schuleintritt)	S. Hagel, J. Plep	Turnhalle BGS
17:00 - 18:00	Gem Bewegung auf Musik 3 (1-4 Kl.)	S. Hagel	Turnhalle BGS
17:00 - 18:00	Gem Kleinkinderturnen (3J – Schuleintritt)	C. Löhr und Team	Turnhalle BGS
18:00 - 20:00	Gem MixedVolleyball *** ( <i>Mixed@der-ball-ist-rund.net</i> )	B. Langner	Turnhalle BGS/ oder Beachen
20:00 - 22:00	Gem Offenes Turntraining Ü12	Ansprechpartnerin: E. Klos	Turnhalle BGS
<b>Samstag</b>			
10:00 - 12:00	Mäd Wettkampfriege 1 + 2 , Aufbauwettkampfriege	alle	Turnhalle BGS
<b>Sonntag</b>			
09:00 - 10:00	Gem Lauftreff ( <i>laufen@tvfreibeinheim.de</i> )	T. Rahn	Jungau Parkplatz
10:00 - 11:00	Gem Freizeit - Badminton Jugend Ü 13 *	M. Wick + T. Hagel	Turnhalle BGS
11:00 - 12:30	Gem Freizeit - Badminton *	T. Hagel	Turnhalle BGS

**NEU!**

**neue Uhrzeit!**

**NEU!**



## Erläuterung und Kontakt

- \* = Begrenzte Teilnehmerzahl, bitte Rücksprache mit dem jeweiligen Übungsleiter
- \*\* = Bitte Rücksprache mit jeweiligen Übungsleiter
- \*\*\* = im Sommer Beachvolleyball möglich, Anfrage über **Mixed@der-ball-ist-rund.net**
- K = auch als Kurs möglich
- Gem = gemischte Gruppe
- Jun = Jungen/ Männer Gruppe
- Mäd = Mädchen / Frauen Gruppe

Jungau = Treffpunkt Parkplatz Jungau

Bei Fragen zum Übungsangebot stehen Ihnen die Übungsleiter zu den jeweiligen Zeiten, sowie der Vorstand unter der Email Adresse: [info@tvfreiweineheim.de](mailto:info@tvfreiweineheim.de), gerne zu Verfügung. Ausführliche Informationen sowie Änderungen finden Sie auf unserer Internetseite [www.tvfreiweineheim.de](http://www.tvfreiweineheim.de)

Beiträge	Aufnahmegebühr	Jahresbeitrag
Kinder und Jugendliche (bis 21 Jahre)	10,00 €	60,00 €
Erwachsene (ab 21 Jahre)	10,00 €	72,00 €
Passive		24,00 €
Familien (ab 2. Person)	20,00 €	114,00 €
<b>zusätzliche Beiträge</b>		
je Pilateskurs	für Mitglieder bis Juni 2024 frei	<del>24,00 € / Jahr</del>
Kombipreis (Pilates und Yoga)	für Mitglieder bis Juni 2024 frei	<del>24,00 € / Quartal</del>
Kontoverbindung: MVB// DE98 5519 0000 0472 2180 15		