

Trainingsplan ab 01.01.2023

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Trendsport TVS-01/03/04	19:00-20:00 [Abt. 105]	VTH Zoom	Body-Workout m + w ab 16 J. [Sabine, Katharina]	9:00-10:30 [Abt. 101]	VTH	Rückenfit mit Kleingeräten [Angie Petersen]	20:00-22:00 [Abt. 401]	VTH	Jedermänner ab 60 Jahre [Arthur Harle]	9:30-10:30 [Abt. 303]	VTH	Fit ab 70 alle ab 70 Jahren [Angie Petersen]	9:00-10:00	VTH	Power Yoga KURS [Linya Su]
	20:00-21:30 [Abt. 301]	VTH	Fitness-Gymnastik Frauen ab 30 J. [Angie Petersen]	17:50-18:50 [Abt. 101]	VTH	Zumba KURS [Maria Terese Di Giuseppe]	19:00-20:00 [Abt. 106]	VTH Zoom	Body-Workout m + w ab 16 Jahren [Katharina Reitershan]	10:45-12:15 [Abt. 302]	VTH	Fit ab 60 alle ab 60 Jahren [Angie Petersen]	10:15-11:30	VTH	Hatha Yoga KURS [Linya Su]
				19:30-20:45 [Abt. 103]	GSM	Rückenfit mit Pezziball und Theraband [Angie Petersen]	18:30-19:30	IGS Tragluft	Yoga KURS				18:00-19:00 [Abt. 105]	VTH	Body-Workout m + w ab 16 J. [Sabine, Katharina]
							20:00-22:00	IGS Tragluft	Ballsportgruppe [Stephan/Herrmann]						
Badminton TVS-02	20:30-22:00 [Abt 201]	IGS Tragluft	Mixed alle ab 16 Jahren []												
Kinder- u. Jugendsport / Leichtathletik TVS-05	16:00 – 17:15 [Abt. 510]	VTH	Eltern-Kind Turnen 1,5 – 4 Jahre [Dagmar Metzler]	17:00-17:45 [Abt. 101]	VTH	Zumba für Kids KURS [Maria Terese Di Giuseppe]	15:30 – 16:30 [Abt. 520]	VTH	Kinderturnen 4 - 6 Jahre [Dagmar Metzler]				16:15-17:15 [Abt. 512]	VTH	Kinderturnen 6-9 Jahre [Samira Wirth]
	17:00-18:30	IGS Tragluft / Sportplatz	Leichtathletik alle 5-9 Jahre [Schultz / Petersen]				16:30-17:40 [Abt. 525]	VTH	Turnparcours 11 - 15 Jahre [Frank Rötzel]				17:00-18:30 [Abt 531]	IGS Tragluft	Basketball 8 - 13 Jahre [Jan Schilling]
	17:00-18:30 [Abt. 531]	GWK	Basketball 8 - 13 Jahre [Jan Schilling]				17:00 – 18:30 [Abt. 541]	IGS Tragluft / Sportplatz	Leichtathletik 8-11 Jahre [Schultz / Petersen]						
Karate TVS-06	19:00-20:30 [Abt 601]	GSM	Unterstufentraining alle ab 15 Jahren [Alexandra Engel]	15:30-16.15 [601]	VTH Wiese	Karate + Selbstverteidig. Anfänger Kinder [Alexandra Engel]	20:00-22:30 [Abt 601]	GSM	Unterstufentraining alle ab 15 Jahren [Alexandra Engel]	15:30-16.15 [601]	VTH	Karate + Selbstverteidig. Anfänger Kinder [Alexandra Engel]	19.00-22.00 [Abt 601]	GSM	Mittel-/Oberstufe ab 6.Kyu [Marcus Engel]
	20:30-22:00 [Abt 601]	GSM	Oberstufentraining (6.Kyu-DAN) [Marcus Engel]	16:15-17.00 [601]	VTH Wiese	Karate + Selbstverteidig. Fortgeschr. Kinder [Alexandra Engel]				16:15-17.00 [601]	VTH	Karate + Selbstverteidig. Fortgeschr. Kinder [Alexandra Engel]			
Lauffreif TVS-07	18:30-19:30 [Abt 701]	Treffpunkt VTH	Lauffreif alle [Stefan Haase]				19:00-21:00 [Abt 701]	Treffpunkt VTH	Langsteckenlauf [Stefan Haase]				8:30-10:00 [Abt 702]	Treffpunkt VTH	Nordic Walking [Ingrid Christ]
							19:00-21:00 [Abt 702]	Treffpunkt VTH	Nordic Walking [Wolfgang Peschel]						
Tischtennis TVS-09	17:20-18:50 [Abt 901]	VTH	Jugend 8-17 J. Training [Martin Herrmann]	11:00-13:00 [Abt 904]	VTH	Senioren Ü55 Training [Hubert Kraus]				17:30-19:30 [Abt 901]	VTH	Jugend 8-17 J. Training [Martin Herrmann]			
										19:30-23:00 [Abt 903]	VTH	Herren Heimspiele & Training [Christoph Höfling]			

Trainingsplan ab 01.01.2023

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Volleyball TVS-10							20:15-22:00 [Abt 1003]	GAM	Mixed-Freizeit Training [Markus Weiss]						
Musik TVS-08	17.30-20:00	Musikraum 1	Einzelunterricht [Wolfgang Peschel]	15.00-20.00	Musikraum 1	Einzelunterricht [Wolfgang Peschel]	17:00-20:00	Musikraum 1	Einzelunterricht [Wolfgang Peschel]	15.00-20.00	Musikraum 1	1. Blockflötengru. Schüler ab 5 J. [Wolfgang Peschel]	15:00-16:30	Musikraum 2 (Jahnstube)	1. Blockflötengru. Schüler ab 5 J. [Wolfgang Peschel]
				16:00-19:00	Musikraum 2 (Jahnstube)	Einzelunterricht [Wolfgang Peschel]				15.00-20.00	Musikraum 2 (Jahnstube)	2. Blockflötengru. Schüler ab 5 J. [Wolfgang Peschel]			
				19:00-20:00	Musikraum 3 (altes Büro)	Einzelunterricht [Wolfgang Peschel]									
				19.00-20.00 [Abt 802]	VTH	Jugendorchester [Wolfgang Peschel]									
				20.00-22.00 [Abt 801]	VTH	Blasorchester [Wolfgang Peschel]									
VTH	Vereinsturnhalle TV 1891 Stierstadt, Platanenstr.														
IGS	Halle der Integrierten Gesamtschule Stierstadt														
GAM	Grundschule am Urselbach														
GWK	Grundschule Weißkirchen														
GSM	Grundschule Mitte														
HKS	Helen-Keller Schule														