

## Ü b u n g s p l a n

Stand: Juli 2019

| Abt.      | Bezeichnung                            | Altersangaben sind Richtwerte   |                                 |                          |
|-----------|--|---|---------------------------------|--------------------------|
| Tag       | Uhrzeit von bis                        | Ort   | Teilnehmer                      | Übungsleiter/innen       |
| <b>01</b> | <b>Turnen Kinder</b>                   | <b>Abteilungsleitung: Dr. Elke Schmidt, Tel.: 17 20 63</b>                                      |                                 |                          |
| Mo        | 10:00 – 11:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Eltern/Kind 1 ½ bis 3 Jahre     | Olga G.                  |
| Mo        | 17:00 – 18:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Eltern/Kind 1 ½ bis 3 Jahre     | Sabrina R.               |
| Di        | 16:00 – 17:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Kinder 3 – 6 Jahre              | Olga G.                  |
| Di        | 17:00 – 18:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Eltern/Kind 1 ½ bis 3 Jahre     | Olga G.                  |
| Mi        | 16:30 – 17:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Eltern/Kind 1 ½ bis 3 Jahre     | Olga G.                  |
| Do        | 16:00 – 17:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Kinder 3 – 6 Jahre              | Olga G.                  |
| Do        | 17:00 – 18:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Kinder 3 – 6 Jahre              | Olga G.                  |
| Sa        | 10:00 – 11:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Kinder 3 – 6 Jahre              | Vanessa A.               |
| <b>15</b> | <b>Turnen u. Leichtathletik Jugend</b> | <b>Abteilungsleitung: Dr. Elke Schmidt, Tel.: 17 20 63</b>                                      |                                 |                          |
| Fr        | 14:30 – 16:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Jungen 8 – 13 Jahre             | Dr. Elke S.              |
| Fr        | 16:00 – 17:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Mädchen / Jungen 5 - 9 Jahre    | Sabrina R.               |
| Fr        | 17:30 – 19:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Mädchen / Jungen 10 - 15 Jahre  | Sabrina R.               |
| <b>08</b> | <b>Tischtennis Jug.</b>                | <b>Abteilungsleitung: Walter Krämer, Tel.: 56 43 24</b>   |                                 |                          |
| Mo        | 18:00 – 19:15                          | Sportpark Preungesheim  | Kinder und Jugendliche          | Wolf K.                  |
| Mi        | 18:00 – 19:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Jungen / Mädchen                | Achim S. W.              |
| <b>16</b> | <b>Ju-Jitsu Jugend</b>                 | <b>Abteilungsleitung: Axel Klück, Tel. 06196 74481</b>  |                                 |                          |
| Mo        | 17:00 – 18:30                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Kinder 8 - 15 Jahre             | Klaus S.                 |
| Mi        | 17:00 – 18:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Kinder 8 - 10 Jahre             | Klaus S.                 |
| Mi        | 18:00 – 19:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Jugendliche 11 – 15 Jahre       | Klaus S.                 |
| <b>04</b> | <b>Ju-Jitsu Erw.</b>                   | <b>Abteilungsleitung: Axel Klück, Tel. 06196 74481</b>  |                                 |                          |
| Mo        | 18:30 – 20:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Mitglieder ab 16 Jahre          | Axel K.                  |
| Mi        | 19:00 – 21:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Mitglieder ab 16 Jahre          | Axel K.                  |
| <b>17</b> | <b>Nin-Jitsu</b>                       | <b>Abteilungsleitung: Carsten Müller, Tel.: 0179 6913150</b>                                    |                                 |                          |
| Di        | 18:00 – 20:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Erwachsene u. Jgdl. ab 14 Jahre | Carsten M.               |
| So        | 12:00 – 15:00                          | Turnhalle Jahnvolk und Bühne  | Erwachsene u. Jgdl. ab 14 Jahre | Carsten M.               |
| <b>09</b> | <b>Rückensport</b>                     | <b>Abteilungsleitung: Annette Bümlein-Burggraf, Tel.: 540 03 29</b>                             |                                 |                          |
| Do        | 18:00 – 19:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Dr. Elke S. / Daniela K. |
| Do        | 19:00 – 20:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Dr. Elke S. / Daniela K. |
| Do        | 20:00 – 21:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Ralf Z.                  |
| <b>13</b> | <b>Fitness</b>                         | <b>Abteilungsleitung: Inge Groth, Tel.: 54 91 65 / Annemarie Schweitzer, Tel.: 54 14 61</b>     |                                 |                          |
| Mo        | 18:00 – 19:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Daniela K.               |
| Mo        | 19:00 – 20:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Frauen                          | Veronika S.              |
| Mo        | 20:00 – 21:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Olga G.                  |
| Di        | 19:00 – 20:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Olga G.                  |
| <b>14</b> | <b>Walking</b>                         | <b>Abteilungsleitung: Anita Vogt, Tel.: 56 71 07</b>  |                                 |                          |
| Mi        | 18:00 – 19:30                          | Turnhalle Jahnvolk und Umgebung   | Alle Mitglieder                 | Veronika S.              |
| <b>02</b> | <b>Gymnastik Sen.</b>                  | <b>Abteilungsleitung: Inge Groth, Tel.: 54 91 65 / Annemarie Schweitzer, Tel.: 54 14 61</b>     |                                 |                          |
| Mo        | 11:00 – 12:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Senioren                        | Olga G.                  |
| Di        | 18:00 – 19:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Senioren                        | Olga G.                  |
| Mi        | 15:30 – 16:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Senioren                        | Olga G.                  |
| Mo        | 19:00 – 20:30                          | Holbeinschule Sachsenhausen   | Frauensportgruppe               |                          |
| <b>18</b> | <b>Yoga</b>                            | <b>Abteilungsleitung: Susanne Zedlitz, Tel.: 530 93-6432 / Margret Brüchner, Tel.: 52 11 42</b> |                                 |                          |
| Mo        | 15:00 – 16:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Frank B.                 |
| Di        | 20:15 – 21:45                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene/Jgdl.                | Maria W.                 |
| <b>19</b> | <b>Zumba</b>                           | <b>Abteilungsleitung: Daniela Knoth, Tel.: 548 41 19</b>  |                                 |                          |
| Do        | 19:00 – 20:00                          | Münzenbergerschule  | Alle Mitglieder                 | Maria G.                 |
| Sa        | 11:00 – 12:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Alle Mitglieder                 | Patricia G.-O.           |
| <b>20</b> | <b>Line- &amp; Kreis-Tanz</b>          | <b>Abteilungsleitung: Kerstin Hammermeister, Tel.: 66 81 27 87</b>                              |                                 |                          |
| So        | 18:00 – 19:30                          | Turnhalle Jahnvolk  | Alle Mitglieder                 | Susanna & Magnus N.      |
| <b>03</b> | <b>Badminton</b>                       | <b>Abteilungsleitung: Eberhard Klein, Tel. 0173 32 12 213</b>                                   |                                 |                          |
| Do        | 19:30 – 22:00                          | Heinrich-Kleyer-Schule  | Erwachsene                      | Eberhard K.              |
| Sa        | 14:00 – 16:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Allgemein                       | Christoph K.             |
| <b>06</b> | <b>Tischtennis Erw.</b>                | <b>Abteilungsleitung: Walter Krämer, Tel.: 56 43 24</b>   |                                 |                          |
| Mo        | 19:15 – 22:30                          | Sportpark Preungesheim  | Erwachsene                      | n.a.                     |
| Mi        | 19:30 – 22:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Walter K.                |
| Mi        | 21:00 – 22:00                          | Turnhalle Jahnvolk Bühne  | Erwachsene                      | Walter K.                |
| <b>07</b> | <b>Volleyball</b>                      | <b>Abteilungsleitung: Heike Grimm-Weber, Tel. : 51 33 94 / Stephan Berg, Tel.: 56 65 72</b>     |                                 |                          |
| Mo        | 18:00 – 20:30                          | Turnhalle SAALBAU   | Erwachsene                      | Stephan B.               |
| Mo        | 20:30 - 22:30                          | Sportpark Preungesheim  | Erwachsene                      | Klaus H.                 |
| Mi        | 19:00 – 21:00                          | Liesel-Oestreicher-Schule   | Jugendliche                     | Klaus H.                 |
| Mi        | 19:00 – 22:00                          | Liesel-Oestreicher-Schule   | Erwachsene                      | Klaus H.                 |
| Do        | 19:30 – 22:00                          | Heinrich-Seliger-Schule   | Erwachsene                      | Stephan B.               |
| <b>11</b> | <b>Prellball Erw.</b>                  | <b>Abteilungsleitung: Günter Tatara, Tel.: 52 98 09</b>   |                                 |                          |
| Fr        | 20:00 – 22:00                          | Turnhalle Jahnvolk  | Erwachsene                      | Günter T.                |

In den Schulferien finden in der Regel keine Übungsstunden für Kinder und Jugendliche statt.