

# TURNVEREIN DORNHOLZHAUSEN/TS. 1918 E.V.

## Ü b u n g s p l a n

Osterferien bis Herbstferien (Stand 15.10.2017)



<b>Kinderturnen</b>	Eltern- und Kindturnen (ab 2 Jahre)	Di	16:30 - 17:30	<b>Schulturnhalle</b> <b>Grundschule</b> <b>Dornholzhausen</b> <b>Schulstraße 6</b>
	Kleinkinderturnen (3 - 4 Jahre)	Di	15:30 - 16:30	
	Kleinkinderturnen (4 - 5 Jahre)	Di	14:30 - 15:30	
	<b>Kinderturnen (ab 7 Jahre)</b>	Do	14:30 - 15:30	
	<b>Kinderturnen (5 - 7 Jahre)</b>	Do	15:30 - 16:30	
<b>Gymnastik</b>	Rücken fit!	Mo	19:45 - 20:45	<b>Vereinshaus Dornholzhausen</b>
	Body Workout (Ganzkörpertraining) Gruppe 1	Di	18:45 - 19:45	
	Body Workout (Ganzkörpertraining) Gruppe 2	Di	19:50 - 20:50	
	Wirbelsäulen-Funktionsgymnastik	Mi	18:30 - 19:30	
	Haltung und Bewegung	Mi	19:30 - 20:30	
	Seniorengymnastik	Do	10:00 - 11:00	
<b>Zumba Erwachsene</b>	Zumba Erwachsene Donnerstag (Zusatzbeitrag 3,00 € je Monat)	Do	20:00 - 21:00	<b>Schulturnhalle</b> <b>Grundschule</b> <b>Dornholzhausen</b> <b>Schulstraße 6</b>
	Zumba Erwachsene Freitag (Zusatzbeitrag 3,00 € je Monat)	Fr	20:00 - 21:00	
<b>Zumba Kinder</b>	<b>ZumbaKids Jr. (4 - 6 Jahre)</b>	Do	16:30 - 17:30	
	<b>ZumbaKids (7 - 11 Jahre)</b>	Do	17:30 - 18:30	
<b>Jazz &amp; Schautanz</b>	Tanzen Modern, Show und Jazz mit HipHop (11 - 15 Jahre)	Do	18:45 - 20:00	<b>Sportzentrum Nordwest</b> <b>(Usinger Weg 96)</b>
<b>Leichtathletik Erwachsene</b>	Aktiven- und Senioreentraining	Di	18:00 - 19:30	
	Aktiven- und Senioreentraining	Fr	18:00 - 19:30	
	Jedermann- und Sportabzeichen-Training	Fr	18:00 - 19:30	
<b>Leichtathletik Schüler</b>	<b>Schülerinnen und Schüler Gruppe 2 (7 - 8 Jahre)</b>	Di	17:00 - 17:45	
	<b>Schülerinnen und Schüler Gruppe 3 (8 - 10 Jahre)</b>	Di	17:45 - 18:45	
	<b>Schülerinnen und Schüler Gruppe 4 (ab 11 Jahre)</b>	Di	18:45 - 19:45	
	Schülerinnen und Schüler Wettkampfkids	Fr	17:30 - 19:30	
	<b>Schülerinnen und Schüler Gruppe 1 (5 - 7 Jahre)</b>	Di	17:00 - 17:45	
	<b>Schülerinnen und Schüler Gruppe 1 (5 - 7 Jahre)</b>	Di	17:45 - 18:30	
<b>Walking und Nordic-Walking</b>	Nordic-Walking ab Turnhalle	Mo	09:00 - 10:15	<b>Schulturnhalle</b> <b>Grundschule</b> <b>Dornholzhausen</b> <b>Schulstraße 6</b>
	Nordic-Walking für Senioren ab Turnhalle	Mo	17:30 - 18:30	
	Walking ab Turnhalle	Do	09:00 - 10:15	
<b>Ballsport für Jungen</b>	Ballsport für Jungen (5 - 6 Jahre)	Mi	15:30 - 16:30	<b>Sporthalle Hölderlinschule</b>
	Ballsport für Jungen (7 - 9 Jahre)	Mi	16:30 - 17:30	
	Ballsport für Jungen (ab 9 Jahre) Schwerpunkt Handball	Mi	17:30 - 18:30	
<b>Badminton</b>	Badminton für Erwachsene (ab 16 Jahre)	Mi	20:30 - 21:30	<b>Dornholzhäuser Dorn</b>
<b>Volleyball</b>	Volleyball - Mixed	Mi	20:00 - 22:00	
	Volleyball - Mixed	Fr	19:30 - 22:00	
<b>Lauftreff</b>	Gemeinsam Joggen	Mo	19:30 - 20:30	<b>„Haus Luise“</b> <b>Eingang Lindenallee</b>
<b>Yoga</b>	Hatha-Yoga (Zusatzbeitrag 10,00 € je 1,25 Stunden)	Mo	17:15 - 18:30	
	Yoga & Wellness (Zusatzbeitrag 12,00 € je 1,5 Stunden)	Mo	20:00 - 21:30	

**Änderung der Übungszeiten bleiben vorbehalten und werden rechtzeitig bekannt gegeben.**

[www.turnverein-dornholzhausen.de](http://www.turnverein-dornholzhausen.de)