

# TURNVEREIN DORNHOLZHAUSEN/TS. 1918 E.V.

## Ü b u n g s p l a n Osterferien bis Herbstferien (Stand 13.07.2020)



<b>Kinderturnen</b>	Kleinkinderturnen (4 - 5 Jahre)	Di	14:30 - 15:30	<b>Schulturnhalle Grundschule Dornholzhausen Schulstraße 6</b>	
	Kleinkinderturnen (3 - 4 Jahre)	Di	15:30 - 16:30		
	Eltern- und Kindturnen (ab 2 Jahre)	Di	16:30 - 17:30		
	Kinderturnen (9 - 12 Jahre)	Fr	14:30 - 16:00		
	Kinderturnen (5 - 8 Jahre)	Fr	16:00 - 17:30		
<b>Gymnastik</b>	Rücken fit!	Mo	19:45 - 20:45		<b>Vereinshaus Dornholzhausen</b>
	Body Workout (Ganzkörpertraining) Gruppe 1	Di	18:30 - 19:30		
	Body Workout (Ganzkörpertraining) Gruppe 2	Di	19:30 - 20:30		
	Wirbelsäulen-Funktionsgymnastik	Mi	18:30 - 19:30		
	Haltung und Bewegung	Mi	19:30 - 20:30		
	Seniorengymnastik Gruppe 1	Do	10:00 - 11:00		
	Seniorengymnastik Gruppe 2	Do	11:15 - 12:15		
<b>Zumba Erwachsene</b>	Zumba Erwachsene Donnerstag (Zusatzbeitrag 3,00 € je Monat)	Do	20:00 - 21:00	<b>Schulturnhalle Grundschule Dornholzhausen Schulstraße 6</b>	
	Zumba Erwachsene Freitag (Zusatzbeitrag 3,00 € je Monat)	Fr	19:00 - 20:00		
<b>Zumba Kinder</b>	ZumbaKids (ca. 4 - 5 Jahre)	Do	16:45 - 17:30		
	ZumbaKids (ca. 6 - 7 Jahre)	Do	17:30 - 18:15		
	ZumbaKids (ab ca. 8 Jahre)	Do	18:15 - 19:00		
<b>Jazz &amp; Schau</b>	Tanzen Modern, Jazz- und Schautanz mit HipHop (11 - 15 Jahre)	Do	19:00 - 20:00		<b>Sportzentrum Nordwest Usinger Weg 96</b>
<b>Leichtathletik Erwachsene</b>	Aktiven- und Seniorentaining	Di	18:00 - 19:30		
	Aktiven- und Seniorentaining	Fr	18:00 - 19:30		
	Jedermann- und Sportabzeichen-Training	Fr	18:00 - 19:30		
<b>Leichtathletik Schüler</b>	Schülerinnen und Schüler Gruppe 1 (5 - 8 Jahre)	Di	17:00 - 17:45		
	Schülerinnen und Schüler Gruppe 2 (8 - 10 Jahre)	Di	17:00 - 18:00		
	Schülerinnen und Schüler Gruppe 3 (10 - 12 Jahre)	Di	18:00 - 19:00		
	Schülerinnen und Schüler Gruppe 4 (ab 13 Jahre)	Di	19:00 - 20:00		
	Schülerinnen und Schüler Gruppe 4 (ab 13 Jahre) Zusatztraining	Mi	17:30 - 19:30		
	Schülerinnen und Schüler (Wettkampfttraining Gruppe 1 U14/U12)	Fr	17:30 - 19:30		
	Schülerinnen und Schüler (Wettkampfttraining Gruppe 2 U18/U16)	Fr	17:30 - 19:30		
<b>Walking und Nordic-Walking</b>	Nordic-Walking ab Turnhalle	Mo	09:00 - 10:15	<b>Schulturnhalle Grundschule Dornholzhausen Schulstraße 6</b>	
	Nordic-Walking für Senioren ab Turnhalle	Mo	17:30 - 18:30		
	Walking ab Turnhalle	Do	09:00 - 10:15		
	Walking Ü30	Mi	19:00 - 20:00		
<b>Ballsport</b>	Ballspiele für Jungen (5 - 8 Jahre)	Mi	15:30 - 16:30		
<b>Tischtennis</b>	Tischtennis für Mädchen und Jungen (9 - 11 Jahre)	Mi	16:30 - 17:30		
<b>Badminton</b>	Badminton (ab 16 Jahre)	Mi	20:30 - 22:00		
<b>Tanzen</b>	Gesellschaftskreis Tanzen für Paare (Zusatzbeitrag 5,00 € je Monat)	Fr	20:15 - 21:45		
<b>Volleyball</b>	Volleyball - Mixed	Mi	20:00 - 22:00		<b>Sporthalle Hölderlinschule</b>
	Volleyball - Mixed	Fr	19:30 - 22:00		
<b>Laufftreff</b>	Gemeinsam Joggen	Mo	19:00 - 20:00	<b>Dornholzhäuser Dorn</b>	
<b>Yoga</b>	Hatha-Yoga (Zusatzbeitrag 10,00 € je 1,25 Stunden)	Mo	17:30 - 18:45	<b>„Haus Luise“ Eingang Lindenallee</b>	
	Yoga & Wellness (Zusatzbeitrag 13,00 € je 1,5 Stunden)	Mo	19:30 - 21:00		

**Anderung der Übungszeiten bleiben vorbehalten und werden rechtzeitig bekannt gegeben.  
Die verantwortlichen Übungsleiter und ihre Kontaktdaten finden sie auf unserer Homepage.**

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