



Übungsstunden des TV 1896 Hofheim / Ried e.V. | Stand: 28.10.25



TAG	UHRZEIT	ÜBUNGSSTUNDE		ALTER	ORT	
Montag	14:00 - 16:00	Tischtennis Jugend			Canisiushaus	Günter Cepok
	15:30 - 16:30	Eltern-Kind-Turnen bis 3J.		Laufalter-3J.	Schulturnhalle	Ingrid Bamberg
	15:30 - 16:30	Kinderturnen I		5-7 Jahre	Schulturnhalle	Heike Fischer
	16:30 - 17:30	Kinderturnen II		ab 8 Jahren	Schulturnhalle	Christian Gross
	16:30 - 17:30	Leistungsturnen		Trainerauswahl	Schulturnhalle	Ingrid Bamberg
	16:30 - 18:00	Mini - Buttons		Trainerauswahl	Canisiushaus	Heike Bamberg
	17:30 - 18:30	Trampolin		ab 8 Jahren	Schulturnhalle	Tamara Reuter
	17:30 - 18:30	Rope-Skiping		ab 7 Jahren	Schulturnhalle	Sandra Ruppert
	17:30 - 19:00	Volleyball Minis/Jugend			Halle Bürstadt	Arkadius Czogalla
	18:00 - 19:30	Stud Buttons			Canisiushaus	Jana Gugumus
	18:30 - 19:30	Rückenschule	Kurs		Schulturnhalle	Verena Salomon
	19:30 - 20:30	Line Dance			Vereinsheim	Natascha Crössmann
	19:30 - 21:00	Fit und Gesund			Schulturnhalle	Christian Schader
	19:30 - 21:30	Tischtennis			Canisiushaus	Steffen Schneider
Dienstag	09:00 - 10:00	Rückenschule	Kurs		Bürgerhaus	Verena Salomon
	10:15 - 11:15	Rückenschule	Kurs		Bürgerhaus	Verena Salomon
	16:00 - 18:00	Senioren gymnastik			Schulturnhalle	Jürgen Mecke
	18:00 - 19:00	Rückenschule	Kurs		Vereinsheim	Tessa Wagner
	18:00 - 19:00	Leichtathletik		Jahrgang 2016/2017	Schulturnhalle	Natalie Eppler
	19:00 - 20:00	Badminton			Schulturnhalle	Günther Cepok
	19:00 - 20:30	Step Motion		ab 12 Jahren	Vereinsheim	Maren Ofenloch
	20:00 - 22:00	Freizeit-Volleyball			Schulturnhalle	A.&C. Hilsheimer
	20:30 - 22:00	Tanz für Frauen			Vereinsheim	Ingrid Bamberg
Mittwoch	09:30 - 10:30	Rückenschule	Kurs		Vereinsheim	Tessa Wagner
	10:30 - 11:30	Stuhlgymnastik - Aktivierung im Alter		Senioren	Bürgerhaus	Stephanie Bittmann
	15:30 - 16:30	Purzelturnen		ab 3 Jahren	Schulturnhalle	Birgit Voss
	16:30 - 17:30	Tanzmäuse		ab 3 Jahren	Vereinsheim	Christiane Dürr
	16:30 - 17:30	Leichtathletik		Jahrgang 2018/2019	Schulturnhalle	Verena Salomon
	17:30 - 19:00	Leichtathletik - alle 14 Tage		ab Jahrgang 2015	Schulturnhalle	Thorsten Weber
	17:45 - 18:45	Qi Gong	Kurs		Vereinsheim	Monika Hedrik
	18:30 - 20:00	Volleyball Jugend		13-18 Jahre	Halle Bürstadt	Arkadius Czogalla
	19:30 - 21:00	Yoga	Kurs		Vereinsheim	Renate Weyand
	19:00 - 20:30	Fit und Gesund			Canisiushaus	Christian Schader
	19:00 - 20:30	Ladies Gym			Schulturnhalle	Birgit Voss
	20:30 - 21:30	Zumba			Schulturnhalle	Ingrid Bamberg
Donnerstag	15:45 - 17:15	Yoga	Kurs		Vereinsheim	Renate Weyand
	15:30 - 16:30	Eltern-Kind-Turnen		Laufalter-3J.	Schulturnhalle	Svenja Schneider
	16:30 - 17:30	Eltern-Kind-Turnen		Laufalter-3J.	Schulturnhalle	Svenja Schneider
	16:00 - 17:00	Volleyball Minis		6-13 Jahre	Halle Bürstadt	Arkadius Czogalla
	18:00 - 21:00	Dart			Vereinsheim	Timo Klimanietz
Freitag	15:30 - 16:30	Leichtathletik Minis		4 - 6 Jahre	Schulturnhalle	Nicole Bittmann
	16:30 - 17:30	Tanzbande		ab 6 Jahren	Vereinsheim	Jenny Rott
	16:30 - 18:00	Leistungsturnen		Trainerauswahl	Schulturnhalle	Heike Witt
	18:00 - 19:00	Stud Buttons		Trainerauswahl	Schulturnhalle	Jana Gugumus
	19:00 - 20:00	Bauch-Beine-Po			Vereinsheim	Tamara Günther
	19:00 - 20:30	Leichtathletik - Wettkampfgr.		ab 2. Klasse	Schulturnhalle	Thorsten Weber
	20:00 - 21:00	Step Aerobic			Vereinsheim	Silke Wagner
	19:30 - 21:00	Jedermannturner			Schulturnhalle	Aaron Mader

Als Kurse gekennzeichnete Übungsstunden sind nicht im regulären Mitgliedsbeitrag enthalten und müssen nach vorheriger Anmeldung extra gebucht werden.

Aufgrund der derzeitig angespannten Situation durch die Sanierung der Sporthalle, bitten wir grundsätzlich vor der erstmaligen Teilnahme an Übungsstunden mit uns Kontakt aufzunehmen, da wir derzeit mit Wartelisten arbeiten müssen.

Geschäftsstelle TV 1896 Hofheim / Ried e.V.
 Nordheimer Straße 40a
 68623 Lampertheim
 Tel. 0 62 41 / 20 17 80
geschaefststelle@tv1896hofheim.de

