



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
was:	"Fit in den Tag" für Jedermann / -frau	Parkfitness ab 17. April		Pilates & Yoga	Walkingtreff
wo:	ehem. Schule Sprengen	Waldkapelle		ehem. Schule Sprengen	Jahnhütte
wann:	8:30 - 9:45	9:00 - 10:00 Uhr		9:00 - 10:15	9:00 - 10:00
Info:	Elisabeth Langenfeld	Yasmin Schramm		Elisabeth Langenfeld	Yasmin Schramm

was:	Wirbelsäulengym. "Gesunder Rücken"	MamaWORKOUT „Fit mit Baby“ / "Buggy Fit" *1	Gymnastik für Frauen
wo:	Kirchbergschule	Alberoschule / Jahnhütte	Kirchbergschule
wann:	18:15 - 19:30	10:15 - 11:30	19:00 - 20:00
Info:	Petra Schön	Elisabeth Langenfeld	Rita Stoffel



was:	Volleyball Hobby Mixed	Nordic Walking *)	Rücken & Body Fit	Fit und Gesund bis 26. April	Zumba®
wo:	Kirchbergschule	Sportplatz Schachen	Alberoschule	Alberoschule	Kirchbergschule
wann:	19:30 - 20:45	17:45 - 19:15 Uhr	19:00 - 20:15	18:30-19:30 / 19:30 - 20:30	18:15 - 19:15
Info:	Ralf Schön	Elisabeth Langenfeld	Elisabeth/ Petra	Elisabeth Langenfeld	Martina Hoven

was:	Hallenfußball	Wassergymnastik „Aqua Fit“	Faustball	WomenWORKOUT ab 03. Mai	Männer Fitness
wo:	Kirchbergschule	Hallenbad	Jahnsporthalle *3)	Alberoschule	Kirchbergschule
wann:	20:45 - 22:00	19:00 - 20:00 *2)	19:00 - 20:30	18:00 - 19:30	19:15 - 20:30
Info:	Patrick Pohl	Rita Stoffel	Herbert Schmidt	Elisabeth Langenfeld	Gerhard Kurtz

was:		Yoga für Läufer ab 10. April	Badminton Breitensport
wo:		Alberoschule	Kirchbergschule
wann:		19:30 - 20:30	20:00 - 21:30
Info:		Elisabeth Langenfeld	Yasmin Schramm



Weitere Info auf unsere Homepage:

www.tv-griesborn.de

oder unter folgenden Telefonnummern:

Yasmin Schramm	0163 - 9079358
Elisabeth Langenfeld	06834 - 568121
Petra + Ralf Schön	06834 - 70668
Rita Stoffel	06838 - 8659566
Martina Hoven	0179 - 7441442
Gerhard Kurtz	06834 - 55028
Herbert Schmidt	06834 - 51008



- *) = Krankenkassen geförderte Kurse
- *1) = "Fit mit Baby": Oktober bis März
- *1) = "Buggy Fit": April bis September
- *2) = Hallenbadsaison
- *3) = Oktober - April / Mai - September: Rasenplatz Turnerheim

Änderungen vorbehalten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
--------	----------	----------	------------	---------	---------

was:
wo:
wann:
Info:



**Turn- und Spielkreis
„Krabbelmäuse“ ab 9 M.**
ehem. Schule Sprengen
10:15 - 11:30
Elisabeth Langenfeld

**Hip Hop
ab 6 Jahre**
Kirchbergschule
10:00 - 11:00
Vanessa Weber

was:
wo:
wann:
Info:



**Eltern-Kind-Turnen
ab ca. 12 Monate**
Kirchbergschule
15:30 - 17:00
Vanessa Weber

**Geräteturnen
Jungs / Mädchen ab 5 J.**
Kirchbergschule
15:00 - 16:30
Yasmin Schramm

**Tanz Show Gymnastik
ab 6 Jahre**
Kirchbergschule
11:00 - 12:00
Vanessa Weber

was:
wo:
wann:
Info:

**Bambini Fit
„Turnzwerge“ ab ca. 4 J.**
Jahnsporthalle
16:00 – 17:15
Elisabeth Langenfeld

**Turn- und Spielkreis
„Purzelzwerge“ bis 3 J.**
ehem. Schule Sprengen
15:30 – 16:45
Sandra Thomas

**Mädchenturnen
Leistungsriege**
Kirchbergschule
16:00 - 18:00
Yasmin Schramm

**Hip Hop
ab 10 Jahre**
Kirchbergschule
12:00 – 13:00 Uhr
Vanessa Weber

was:
wo:
wann:
Info:

**Fit Kids
ab Vorschulalter**
Kirchbergschule
15:30 – 16:45
Elisabeth Langenfeld

**Break Dance
Jungs ab 8 Jahre**
Kirchbergschule
16:30 – 18:00
Luca Pohl

**Mädchenturnen
Leistungsriege**
Kirchbergschule
17:00 - 19:00
Yasmin Schramm

**Kleinkinder-
Turnen *1)**
Schule Ens Dorf
16:00-17:00+17:00-18:00
Gabi Schneider

*1)
3-4 Jahre: 16:00 – 17:00
5-6 Jahre: 17:00 - 18:00

was:
wo:
wann:
Info:

**Fit Kids - Parkour
ab 2. Schuljahr**
Kirchbergschule
17:00 - 18:15
Elisabeth Langenfeld

Ballsport + Spiele
Turnhalle Schwarzenholz
16:30 – 18:00
Ursula Heckmann

was:
wo:
wann:
Info:

Änderungen vorbehalten

**Volleyball
ab 8 Jahre**
Schulze Kathrin Halle
18:00 - 19:00
Jens Kretzschmar

Weitere Info auf unsere Homepage:
www.tv-griesborn.de

oder unter folgenden Telefonnummern:

- Yasmin Schramm 0163 - 9079358
- Elisabeth Langenfeld 06834 - 568121
- Gabi Schneider 06834 - 55721
- Vanessa Weber+ Luca Pohl 0175 - 1082396
- Ursula Heckmann 06838 - 92519
- Jens Kretzschmar Mail: ssg-jugend@gmx.de