



Fitnessangebot der Abteilung Gymnastik TSV Pliening-Landsham e.V.

Stundenplan 2024/25 – gültig ab 10.09.2024



Montag			
10:00 – 11:30	Tanzen im Sitzen (TiS) FLO-TiS	Barbara Stöhler	TS
14:30 – 15:30	Grundschul-Sportmix (1. Klasse)	Inge Nausch	TH
15:00 – 18:30	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GY
15:30 – 16:30	Grundschul-Sportmix (2.- 4. Klasse)	Inge Nausch	TH
16:30	Radltreff	Wolfgang Stöhler	TT
16:30 – 17:30	Little Dancers (ab Jg. `16)	Ceylin Freund & Janina & Birke	TH
17:30 – 18:30	Boys Only (ab Jg. `10)	Birke Kotre & Ruben	TH
18:30 – 20:00	Dynamic Dancers (ab Jg. `10)	Birke Kotre & Ruben	TH
Dienstag			
15:00 – 17:00	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GY
17:00 – 18:30	Pixie Dancers (ab Jg. `14)	Barbara Büllmann & Marlene	GY
18:00 – 19:00	Fitnessstraining & Bodystyling (Sie & Er)	Renate Winter	KG
19:00 – 21:00	Tanztraining/Fitnessstraining	Verantwortl. Birke Kotre	KG
Mittwoch			
08:30 – 09:30	Haltungs- und Bewegungstraining	Barbara Stöhler	GY
09:45 – 10:45	Tanzkreis 50 plus	Barbara Stöhler	GY
15:00 – 17:45	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GY
18:00 – 19:00	Seniorenport: Fit und flott durch Sport	Susanne Bauer	GY
18:30 – 20:00	Iconic Dancers (ab Jg. `07)	Birke Kotre	TH
20:00 – 22:00	Wettkampfgruppe CosmiX Dancers (ab Jg. `03)	Birke Kotre	TH
Donnerstag			
08:30 – 09:30	Haltungs- und Bewegungstraining	Barbara Stöhler	GY
09:45 – 10:30	Krafttraining	Verantwortl. Barbara Stöhler	KR
15:00 – 18:30	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GY
15:30 – 16:15	Mutter-Kind-Turnen	Kathleen Günnewicht	TH
16:15 – 17:00	Mutter-Kind-Turnen	Kathleen Günnewicht	TH
17:00 – 17:45	Turnflöhe II (4 – 6 Jahre)	Kathleen Günnewicht	TH
18:00 – 21:30	Tanztraining/Fitnessstraining	Verantwortl. Birke Kotre	KG
18:30 – 20:00	Wettkampfgruppe Freaxy Dancers (ab Jg. `05)	Megan Bowen	TH
20:00 – 21:30	Ski- & Konditionstraining für Sie & Ihn	Claudia Daurer	TH
Freitag			
15:00 – 16:45	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GY
16:00 – 17:00	Turnflöhe I (4 – 6 Jahre)	Inge Nausch	TH
17:00– 18:30	Maniac Dancers (ab Jg. `11)	Marie Adam & Johanna Reis	GY
Samstag			
16:00 – 19:00	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	GYTH
Sonntag			
14:30 – 16:00	Tanztraining	Verantwortl. Birke Kotre	TH
16:00 – 18:00	Wettkampfgruppe Freaxy Dancers (ab Jg. `05)	Megan Bowen	TH
18:00 – 19:30	Showteam (ab Jhg `10)	Birke Kotre	TH
19:30 – 22:00	Wettkampfgruppe CosmiX Dancers (ab Jg. `03)	Birke Kotre	TH
GY= Gymnastikraum Schule TH= Turnhalle KG= Vereinsr. KiGa Landsham TS= Trachtenstüberl KR = Krafraum TT=Treffpunkt Turnhalle			

An- und Abmeldungen sind (nach vorheriger Absprache mit dem ÜL) nur schriftlich in der Geschäftsstelle (Telefon 08121/ 71881; info@tsv-pliening.de) möglich, Abmeldungen jeweils 4 Wochen zum Quartalsende. Weitere Informationen unter b.kotre@tsv-pliening.de

Übungsleiter: Bauer 08121/980381, Büllmann, Bowen, Daurer 0173/3577767, Günnewicht 089/39295320, Kotre 08124/ 4466404, Nausch 08121/883170, Stöhler 08121/82865, Winter 08121/79844