



Turn-Verein Blecher 1904 e.V.

Wochenprogramm 2018

TH = Turnhalle Blecher

GH = Gymnastikhalle Blecher

GR.O. = Gymnastikraum Odenthal

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Mo	TH	08.45 – 10.15	Gabriele Rhöse	Gymnastik Frauen
	TH	15.00 – 16.00	Sylvia Rudolph	Trampolin Kinder ab 5 Jahre
	TH	16.00 – 17.30	Sylvia Rudolph	Trampolin Kinder ab 9 Jahre
	TH	17.00 – 20.00	Sylvia Rudolph	Trampolin Wettkampfgruppe
	GH	18.00 – 20.00	Stephan Eßer	Muskelaufbau und Konditionsgymnastik
Di	TH	20.00 – 22.00	Günter Bartel	Gymnastik Männer
	GH	10.00 – 11.00	Linda Schoth	Senioren-Gymnastik
	TH	16.30 – 17.30	R. Schütte / D. Widdig	Sport und Spiel für Jungen 5-7 Jahre
	TH	17.30 – 20.00	R. Schütte / D. Widdig	Ballsport für Jungen in 2 Gruppen
	GH	18.00 – 19.00	Sibylle Seibertz	Wirbelsäulengymnastik
	GH	19.00 – 20.00	Sibylle Seibertz	dto. 2. Gruppe
	TH	20.00 – 22.00		- wird noch belegt -
	TH	20.00 – 22.00		
Mi	G+TH	15.30 – 17.15	Sylvia Rudolph	Trampolin Anfänger ab 7 Jahre
	G+TH	17.00 – 18.15	Sylvia Rudolph	Trampolin Anfänger ab 10 Jahre
	TH	18.00 – 20.00	Sylvia Rudolph, A. Maul	Trampolin Wettkampfgruppe
	GH	19.00 – 20.00	Gabriele Rhöse	Gymnastik für Sie und Ihn
	TH	20.00 – 22.00	Dieter Frie	Männer 50 plus, Gymnastik / Ballspiele
Do	TH	15.00 – 16.00	Gabriele Rhöse	Eltern/Kind-Turnen ab ca. 18 Monate
	TH	16.00 – 17.00	Gabriele Rhöse	Turnen Kinder von 3-4 Jahre
	TH	17.00 – 18.00	Gabriele Rhöse	Turnen Kinder von 4-6 Jahre
	GH	17.00 – 18.00	Arnd Schütte	Leichtathletik Kinder ab 7 Jahre
	GH	18.00 – 20.00	Schütte / Eßer	Leichtathletik (auch Außen-Sportanlage)
	TH	18.00 – 20.15	Schütte / Eßer	Leichtathletik Jugendliche
	TH	20.30 – 22.00	Barbi Wittkowski	Gymnastik Frauen
Fr	TH	14.15 – 16.00	Gertrud Pütz	Abenteuer-Sport für Jungen ab 5 Jahre
	GH	18.00 – 19.30	Stephan Eßer	Kondition- und Muskelaufbau-Training, Erw.
	TH	17.00 – 20.00	Arnd Schütte	Leichtathletik
	TH	20.00 – 22.00	Dieter Frie	Männer 50 plus, Gymnastik / Ballspiele
Sa	TH	10.00 – 14.00	Katharina Bresch	Trampolin Wettkampfgruppe
	TH	14.00 – 16.00	nach Bedarf	Badminton Wettkampfgruppe



Turn-Verein Blecher 1904 e.V.

Kurs-Angebot

TH = Turnhalle Blecher

GH = Gymnastikhalle Blecher

GR.O. = Gymnastikraum Odenthal

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Mo	GR.O.	18.00 – 20.00	Gabriele Rhöse	Step Aerobic (2 Kurse)
	GH	20.00 – 21.00	Kathrin Kerb	Kapow
Di	GH	08.45 – 09.45	Angela Lieb	Beckenbodengymnastik
	GH	16.00 – 17.30	Kathrin Kerb	Zumba für Kids (2 Gruppen)
	GR.O.	18.00 – 21.00	Rosi Buba	Tai Chi Quan
Mi	GH	20.00 – 21.00	Gabriela Schultes	Pilates am Abend
	GH	09.30 – 10.15	Gabriela Schultes	Pilates für Fortgeschrittene
	GH	10.30 – 11.30	Gabriela Schultes	Gesundheitsgymnastik
	GH	11.30 – 12.15	Gabriela Schultes	Pilates für Anfänger
	GH	20.00 – 22.00	Kathrin Kerb	Zumba
Do	GH	18.00 – 19.00	Gabriele Rhöse	BOP oder Drums Alive
	GH	19.30 – 21.00	Denis Dobras	Box/Fitness-Training
So	TH	18.30 – 20.00	R. u. B. Früh	Stand. und Latein. Tänze

Lauftreff – Schöllerhof / Altenberg

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Mo		18.30 – 19.30	Gisela Kleuver	Laufen / Walking – Sommerzeit
Sa		15.00 – 16.00	Gisela Kleuver	Laufen / Walking – Winterzeit
Fr		17.00 – 18.30	Susanne Gardeweg	Nordic Walking für Anfänger (Kurs)

Fahrradtreff – an der Turnhalle Blecher (Familienfahrten)

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
So		10.00	Iko Kaftan	April bis Oktober

Außen-Sport-Anlage Blecher – Sommerzeit –

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Do		17.00 – 19.00	Arnd Schütte	Leichtathletik
Fr		17.00 – 20.00	Arnd Schütte	Leichtathletik



Turn-Verein Blecher 1904 e.V.

Schulzentrum Odenthal, 2-Fach-Halle

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Di		17.30 – 20.00	Büth / Kessler	Trampolin Akademie
Di		20.00 – 22.00	Dominik Widdig	Ballspiele, Hobby-Fußball Erwachsene
Mi		17.30 – 19.30	Büth / Kessler	Trampolin Akademie
Do		17.30 – 22.00	Mazur / Neuenhaus	Badminton, Erwachsene
Fr		17.30 – 22.00	Neuenhaus	Badminton, Jugendliche und Erwachsene
Sa		15.30 – 18.00	Kaup usw.	Badminton, Jugendliche
So		11.00 – 13.00	Dominik Widdig	Ballspiele, Jugendliche und Erwachsene

Schulzentrum Odenthal, 3-Fach-Halle, Halle 1, 2 und 3

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Mo		17.30 – 19.00	Mazur / Fleischer	Badminton Halle 1 u. 2
Di		17.30 – 20.00	Arnd Schütte	Leichtathletik (nur im Winter)
		19.30 – 22.00	Stefan Katz	Volleyball Mixed, Halle 1
		20.00 – 22.00	Peter Engels	Volleyball, Halle 3
Do		17.30 – 19.30	M. Alhariri	Badminton, Halle 1, 2 u. 3
		19.30 – 22.00	Nadine Mazur	Badminton, Halle 1, 2 u. 3
Fr		17.30 – 20.00	Büth / Kessler	Trampolin Akademie, Halle 1
		17.30 – 20.00	Maik Neuenhaus	Badminton, <u>Jugendliche</u> , Halle 2 u. 3
		20.00 – 22.00	Heibach /Rudolph	Badminton, <u>Erwachsene</u> , Halle 2 und 3
		20.00 – 22.00	R. Schwarzenthal	Korfball Erwachsene Halle 1

Dhünntalstadion – Sommerzeit –

Tag	Halle	Uhrzeit	Übungsleiter	Programm
Fr		18.00 – 20.00	Gemeindesport	Leichtathletik / Sportabzeichen

Letzte Aktualisierung: November 2018