

Trainingsplan ab 01.01.2020

	Gruppe	Übungsleiter/-in	Telefon	Trainingsort
Montag				
14.30-15.30 Uhr	Allg.Turnen Mädchen ab 5 Jahre	Eszter Hock	06737/809008	Grundschulturnhalle Udenheim
15:15-16:15 Uhr	Allg.Turnen Mädchen ab 3. Klasse	Eszter Hock	06737/809008	Grundschulturnhalle Udenheim
16:15-17:00 Uhr	Fitness-Parcour Mädchen ab 3. Klasse	Eszter Hock	06737/809008	Grundschulturnhalle Udenheim
19.00-20.00 Uhr	Aerobic Frauen	Nicole Bauer, Heike Mensch	06737/760250	Goldbach-Halle Udenheim
19.00-21.00 Uhr	Krafttraining Frauen	Anita Krost	06737/8234	Kraftraum Grundschulturnhalle Udenheim
Dienstag				
15.00-16.30 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 1-4 Jahre	Melanie Klenner Emely Klenner	06737/710208	Grundschulturnhalle Udenheim
18.30-19.30 Uhr (nach Herbstferien)	Leichtathletik Ü10	Ellen Reiß	06737/809220	Goldbach-Halle Udenheim
19:00-21.00 Uhr	Volleyball TVU-Damen	Detlef Schreiber Lara Herdegen	06737-712284	Grundschulturnhalle Udenheim
20:00-22:00 Uhr	Volleyball SG U.N.S.-Herren I	Markus Stange	0162/2808061	Neue Sporthalle Nieder-Olm
20:15-22:00 Uhr	Showtanzformation "Reloaded"	Svenja Hammen	0151/15187000	Goldbach-Halle Udenheim
Mittwoch				
16.00-17.00 Uhr	Volleyball-Ballminis (4-7 Jahre)	Isabell Ebling	06732/	Grundschulturnhalle Schornsheim
17.00-20.00 Uhr	Krafttraining Männer	Klaus Theis	06737/1031	Kraftraum Grundschulturnhalle Udenheim
18.00-19.00 Uhr (ab April)	Leichtathletik ab 1. Klasse	Ellen Reiß	06737/809220	Turnplatz TVU (Eingang über Alzeyer Straße)
17.00-18:45 Uhr	Krafttraining Jugend ab 12 Jahre	Klaus Theis	06737/1031	Kraftraum Grundschulturnhalle Udenheim
17:45-20:00 Uhr	Volleyball SG U.N.S.-Herren III- /Nachwuchs U16 und älter	Jonas Manz Michael Kiefer	06737-8788	Grundschulturnhalle Schornsheim
20.00-22.00 Uhr	Volleyball SG U.N.S.-Herren II	Nikolai Manz	06737/8788	Gymnasium Oppenheim
Donnerstag				
14.30-15.30 Uhr	Kindergarten-Kinderturnen Jungen 4-6 Jahre	Carmen Noormann	0176/84346222	Grundschulturnhalle Udenheim
15.30-16.30 Uhr	Kindergarten-Kinderturnen Mädchen 4-6 Jahre	Carmen Noormann	0176/84346222	Grundschulturnhalle Udenheim
16.30-18.00 Uhr	Leistungsturnerinnen	Eszter Hock Carmen Noormann	06737/809008	Grundschulturnhalle Udenheim
17.00-18.00 Uhr (ab Frühjahr)	Leichtathletik ab 1. Klasse	Ellen Reiß	06737/809220	Turnplatz TVU (Eingang über Alzeyer Straße)
19:00-20:30 Uhr	4XF-Outdoor-Fitcamp	Julian Sauer	06737/447	Turnplatz TVU (Eingang über Alzeyer Straße)
18:00-19:30 Uhr	Gymnastik 50plus	Gertie Mathäs	06737/8991	Goldbach-Halle Udenheim
19:30-22:00 Uhr	Showtanzformation "Reloaded"	Svenja Hammen	0151/15187000	Goldbach-Halle Udenheim
21.00-22.00 Uhr	Badminton	Detlef Schreiber	06737/712284	Grundschulturnhalle Udenheim
20.00-21.30 Uhr	Krafttraining Damen	Iris Piela	06737/9343	Kraftraum Grundschulturnhalle Udenheim
Freitag				
14.00-15.00 Uhr	Volleyball-Ballbinos, U12/U13 (Anfänger ab ca. 6 Jahren)	Heiko Krebs Erik Brand	06737/809084	Grundschulturnhalle Udenheim
15.00-16.15 Uhr	Volleyball Jugend, U12/U13 und U14	Heiko Krebs Lara Herdegen	06737/809084	Grundschulturnhalle Udenheim
16.15-17.30 Uhr	Volleyball Jugend ab U14-U20	Heiko Krebs Lara Herdegen	06737/809084	Grundschulturnhalle Udenheim
17.30-18.30 Uhr	Allgemeines Turnen Jungs ab 6 Jahre	Marvin Becker	06737/8276	Grundschulturnhalle Udenheim
19:30-21:30 Uhr	Volleyball SG U.N.S.-Herren I	Markus Stange	0162/2808061	Heinz-Kerz-Halle Nieder-Olm
18.30-20.30 Uhr	Leistungsturnen männlich	Simon + Tobias Krost	06737/8234	Grundschulturnhalle Udenheim
Samstag				
13.00-15.00 Uhr	Volleyball Jugend (U12)-Sondertraining	Heiko Krebs	06737/809084	Grundschulturnhalle Udenheim
15.00-17.00 Uhr	Volleyball Jugend (U13-16)- Sondertraining	Heiko Krebs	06737/809084	Grundschulturnhalle Udenheim
Sonntag				
10.00-11.00 Uhr	Yoga-Kurs I (nur über Anmeldung)	Maria Mörchen	06737/809008 (Eszter Hock)	Turnerheim (Eingang über Alzeyer Straße)
11.00-12.00 Uhr	Yoga-Kurs II (nur über Anmeldung)	Maria Mörchen	06737/809008 (Eszter Hock)	Turnerheim (Eingang über Alzeyer Straße)
10.00-12.00 Uhr	Leistungsturnen männlich	Simon + Tobias Krost	06737/8234	Grundschulturnhalle Udenheim
10.00-12.00 Uhr	Leichtathletik für Jedermann, Turnplatz	Willi Horn	06737/1579	Turnplatz TVU (Eingang über Alzeyer Straße)
10:30-12:00 Uhr	4XF-Outdoor-Fitcamp	Julian Sauer	06737/447	Turnplatz TVU (Eingang über Alzeyer Straße)