

## Hallenbelegungsplan Jahnhalle TV 1878 Vallendar e.V.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00	<b>Ganzkörperfitness</b> 09:00 - 10:00 h <i>H. Lentjes-Wieland</i>						
09:30						<b>Leistungsturnen männl.</b> 09:30 - 11:15 Uhr <i>Laurenz Lacheta Nico Witt</i>	<b>Sunday Fit</b> 10:00 - 11:00 Uhr <i>Tine Luft</i>
10:00			<b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1 - 3 Jahre 10:00 - 17:00 Uhr <i>in mehreren Gruppen nach individueller Absprache Christian Hahn (Tel.: 0178-7128 006)</i>	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 10:00 - 11:00 h <i>Anita Herr</i>			
10:30							
11:00							
11:30							
12:00						<b>Leistungsturnen weibl.</b> 11:45 - 13:30 Uhr <i>Alexa Pütz , Janno Kukies</i>	
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	<b>Volleyball Anfängergruppe</b> 14:00 - 16:00 Uhr <i>Horst Schmidt</i>					<b>Volleyball Anfängergruppe</b> 14:00 - 15:30 Uhr <i>Horst Schmidt</i>	<b>Leistungsturnen männlich</b> 14:00 - 16:30 Uhr <i>Marco Söhn</i>
14:30		<b>Volleyball Anfängergruppe</b> 14:30 - 16:30 Uhr <i>Horst Schmidt</i>			<b>Volleyball Minis</b> 14:30 - 15:30 Uhr <i>Mischa Schinke</i>		
15:00							
15:30				<b>Vorschulturnen 5 - 6 Jahre</b> 15:30 - 16:20 h <i>Mareike Grund</i>	<b>Leistungsturnen weiblich</b> 15:30 - 18:00 Uhr <i>Alisha Wickert, Kevin, Janno</i>		
16:00	<b>Ballspielgruppe für Kinder</b> 16:00 - 17:30 <i>Timo Höbelt</i>			<b>Vorschulturnen 3 - 4 Jahre</b> 16:30 - 17:20 h <i>Mareike Grund</i>			
16:30		<b>Allgemeines Turnen männl. ab 7 Jahre</b> 16:45 - 18:00 Uhr <i>Hansi Pretz</i>		<b>Allgem. Turnen weibl. 7 - 9 Jahre</b> <i>Heike + Julie</i>			
17:00			<b>Leistungsturnen weiblich</b> 17:00 - 19:00 Uhr <i>Alisha Wickert &amp; LT männlich Marco Söhn</i>	<b>Leistungsturnen weibl. 13-15 Jahre</b> <i>Kevin Böcking</i>		<b>Volleyball</b> 16:00 - 18:00 Uhr <i>Carolin Schmidt</i>	
17:30	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 17:30 - 18:45 h <i>Anita Herr</i>			<b>Allgem. Turnen weibl. 13-15 Jahre</b> <i>Kevin Böcking</i>			
18:00		<b>Leistungsturnen männlich</b> 18:00 - 20:00 Uhr <i>Marco Söhn Ludwig + Jan</i>				<b>Turnen weibl. / männl.</b> 18:00 - 20:00 Uhr <i>Ludwig + Marco</i>	
18:30	<b>Allgemeines Turnen weibl. 9 - 15 Jahre</b> 18:45 - 19:45 <i>Melissa Storm</i>		<b>Ganzkörperfitness</b> 19:00 - 20:00 h <i>H. Lentjes-Wieland</i>	<b>Herzsport</b> 19:00 - 20:30 h <i>Regina Eimermacher-Raczek</i>			
19:00							
19:30							
20:00	<b>Turnen weibl. / männl. ab 16 Jahre</b> 20:00 - 22:00 Uhr <i>Rafael Pütz</i>	<b>Volleyball</b> 20:00 - 22:00 Uhr <i>Sebastian Schmidt</i>	<b>Fit werden &amp; Fit bleiben</b> (Männer ab 50) 20:00 - 22:00 Uhr <i>Hansi Pretz</i>	<b>Volleyball</b> 20:30 - 22:00 Uhr <i>Sebastian Schmidt</i>	<b>Volleyball</b> 20:00 - 22:00 Uhr <i>Carolin Schmidt</i>		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

Stand: 06.09.2022

Rückfragen oder Änderungen bitte an: [hauptsportwart@twvallendar.de](mailto:hauptsportwart@twvallendar.de)