



TSV Riederich 1897 e.V. Turnen und Leichtathletik



Turnen

Leichtathletik

Gesund & Fit

Trainings- und Kursprogramm 2020

Weitere Informationen zu Angeboten, Mitgliedsbeiträgen oder Kursgebühren finden Sie im Internet unter www.tsv-riederich.de/tul

Weitere Fragen beantworten gerne die jeweiligen Übungs- oder Fachbereichsleiter:

Turnen: Marc Sensbach Tel. 0176 / 80182014

Leichtathletik: Rainer Haas Tel. 07123 / 32260

Gesund & Fit: Carina Hölz Tel. 07123 / 959733

Oder senden Sie uns eine E-Mail an tul@tsv-riederich.de

Kommen Sie doch einfach vorbei. **Schnuppern ist jederzeit erwünscht!** Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

MONTAG

10:00 - 10:45 Uhr

Yvonne Fuchslocher

Traude Stiefel - Tel. 32953

Aqua-Fitness (Erwachsene)

Hallenbad Riederich

16:30 - 18:30 Uhr

Daniela Plogstedt - Tel. 6660

Gerätturnen weiblich (Jugend)

Gutenberghalle

18:30 - 20:30 Uhr

Dorothee Schöllkopf - Tel. 0177 / 5885056

Gerätturnen weiblich (Jugend)

Gutenberghalle

17:30 - 19:00 Uhr

Rainer Haas - Tel. 32260

Leichtathletik (12-13 Jahre)

Sommer: Alfred-Barner-Stadion (18:00 – 19:30 Uhr)

Winter: Gutenberghalle (17:30 – 19:00 Uhr)

19:00 - 21:00 Uhr

Rainer Haas - Tel. 32260

Leichtathletik (ab 14 Jahren)

Sommer: Alfred-Barner-Stadion (19:00 – 21:00 Uhr)

Winter: Schulsportthalle (19:30 – 21:30 Uhr)

19:00 - 20:00 Uhr

Traude Stiefel - Tel. 32953

Aktiv älter werden (Erwachsene)

Gutenberghalle

20:00 - 21:00 Uhr

Marion Uber - Tel. 9560401

Power-Fitness (Erwachsene)

Gutenberghalle

20:00 - 21:00 Uhr

Marc Sensbach - Tel. 0176 / 80182014

Turnen Aktive

Gutenberghalle



DIENSTAG

14:30 – 15:30 Uhr

Michaela Kühfuß - Tel. 0170 / 7338460

Vorschulturnen (5-7 Jahre)

Schulsporthalle

16:30 - 17:30 Uhr

Barbara Übelmesser - Tel. 726135

Dienstags-Gym=gesund+aktiv (Frauen)

Sommer: Gutenberghalle, Winter: Schulsporthalle

19:15 - 20:00 Uhr

Yvonne Fuchslocher

Traude Stiefel - Tel. 32953

Aqua-Fitness (Erwachsene)

Hallenbad Riederich

20:00 - 20:45 Uhr

Yvonne Fuchslocher

Traude Stiefel - Tel. 32953

Aqua-Fitness (Erwachsene)

Hallenbad Riederich

20:00 - 21:30 Uhr

Regina Gugel - Tel. 3810440

Step und Fit (Erwachsene)

Gutenberghalle

20:00 - 21:30 Uhr

Uli Sensbach - Tel. 33736

Jedermannsport (Männer ab 30 Jahren)

Gutenberghalle

MITTWOCH

09:05 - 10:05 Uhr

Doris Hagemann - Tel. 968455

Pampersturnen (ab 1 bis 3 Jahre mit erwachs. Begleitperson)

Schulsporthalle

14.45 - 16:00 Uhr

Doris Hagemann - Tel. 968455

Eltern-Kind-Turnen (ab 3 bis 5 Jahre mit erwachs. Begleitperson)

Gutenberghalle

16.30 – 18:00 Uhr

Dorothee Schöllkopf - Tel. 0177 / 5885056

Gerätturnen weiblich (Jugend, Fördergruppe)

Sommer: Gutenberghalle – Winter: Schulsporthalle

18:00 - 20:00 Uhr

Dorothee Schöllkopf - Tel. 0177 / 5885056

Gerätturnen weiblich (Jugend, Fördergruppe)

Sommer: Gutenberghalle – Winter: Schulsporthalle

18:00 - 20:00 Uhr

Marc Sensbach - Tel. 0176 / 80182014

Gerätturnen männlich (Jugend, Fördergruppe)

Sommer: Gutenberghalle – Winter: Schulsporthalle

19:00 - 21:00 Uhr

Rainer Haas - Tel. 32260

Leichtathletik (ab 14 Jahren)

Alfred-Barner-Stadion

20:00 - 21:00 Uhr

Marc Sensbach - Tel. 0176 / 80182014

Turnen Aktive

Sommer: Gutenberghalle – Winter: Schulsporthalle



DONNERSTAG

09:15 – 10:00 Uhr
Yvonne Fuchslocher
Traude Stiefel - Tel. 32953

Aqua-Fitness (Erwachsene)
Hallenbad Riederich

10:00 – 10:45 Uhr
Yvonne Fuchslocher
Traude Stiefel - Tel. 32953

Aqua-Fitness (Erwachsene)
Hallenbad Riederich

20:00 – 21:00 Uhr
Achim Wenzelburger - Tel. 34491

Skifit – Fitness Workout für Wintersportler (Erwachsene)
Gutenberghalle (September bis Ostern)

20:00 – 21:15 Uhr
Gabi Kleiner - Tel. 0152 / 01562618

Body Workout
Sommer: Gutenberghalle – Winter: Schulsporthalle

FREITAG

08:30 – 09:30 Uhr
Heike Weitmann - Tel. 07127 / 9319460

Rückengymnastik (Erwachsene)
Gutenberghalle

16:00 – 17:30 Uhr
Janine Bahnmüller - Tel. 6660

Gerätturnen weiblich (Jugend)
Schulsporthalle

17:00 – 18:30 Uhr
Daniela Plogstedt - Tel. 6660

Gerätturnen weiblich (Jugend)
Gutenberghalle

17:00 – 18:30 Uhr
Marc Sensbach - Tel. 0176 / 80182014

Gerätturnen männlich (alle Altersklassen)
Gutenberghalle

18:30 – 20:00 Uhr
Rainer Haas - Tel. 32260

Kinderleichtathletik (6-11 Jahre)
Sommer: Alfred-Barner-Stadion, Winter: Gutenberghalle

18:30 – 20:00 Uhr
Rainer Haas - Tel. 32260

Leichtathletik (12-13 Jahre)
Sommer: Alfred-Barner-Stadion, Winter: Gutenberghalle

19:30 – 21:00 Uhr
Rainer Haas - Tel. 32260

Leichtathletik (ab 14 Jahren)
Sommer: Alfred-Barner-Stadion
Winter: Gutenberghalle (von 20:00 – 21:30 Uhr)

18:30 – 20:00 Uhr
Petra Haas - Tel. 32260

Sportabzeichengruppe (Erwachsene)
Sommer: Alfred-Barner-Stadion, Winter: Krafraum Gutenberghalle