

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Vormittags					
Sportunterricht 7.45 - 10.25 Ziehenschule T	Lungensport ① 9.00 - 10.00 Erwachsene (m/w) SpS	Fitness-Gymnastik 8.45 - 9.45 Frauen T	Sportunterricht 7.45 - 10.25 Ziehenschule T	Sportunterricht 7.45 - 10.25 Ziehenschule T	Zumba ② 9.45 - 10.45 Erwachsene (m/w) SpS
Sportunterricht 10.25 - 13.05 Ziehenschule T	Lungensport ① 10.00 - 11.00 Erwachsene (m/w) SpS	Fitness-Gymnastik 9.45 - 10.45 Frauen T	Sportunterricht 10.25 - 13.05 Ziehenschule T	Sportunterricht 10.25 - 13.05 Ziehenschule T	Tischtennis 10.00 - 11.30 Anfänger (m/w) T
Kooperation Kindergarten 9.00 - 10.15 SpS	Eltern-Kind-Turnen 10.45 - 11.45 (1½ - 3 Jahre) T	Gymnastik für Ältere 9.30 - 11.30 2 Gruppen SpS	Kooperation Kindergarten 9.15 - 10.15 SpS	Walking 09.00 - 10.00 Erwachsene (m/w) SpS	
Kooperation Kindergarten 10.15 - 11.30 SpS	Hatha-Yoga 50+ ② 11.15 - 12.15 Erwachsene (m/w) SpS	Kooperation Kindergarten 11.45-12.45 SpS	Kooperation Kindergarten 10.15 - 11.15 SpS	Aktiv bis 100 10.00 - 11.00 Erwachsene (m/w) EG	

Nachmittags					
Lungensport ① 13.15 - 14.15 Erwachsene (m/w) T	Ju-Jutsu 15.00 - 16.00 ab 6 Jahre (m/w) SpS	Psychomotorik ② 14.00 - 15.00 3 - 6 Jahre SpS	Psychomotorik ② 14.00 - 15.00 5 - 8 Jahre SpS	Eltern-Kind-Turnen 15.00 - 16.00 (1½ - 3 Jahre) SpS	Tischtennis 11.30 - 13.30 Fortgeschrittene (m/w) T
Tischtennis 15.00 - 17.00 Anfänger (m/w) T	Turnen Kinder 15.00 - 16.00 3 - 6 Jahre (1. Gruppe) T	Gerätturnen ④ 14.30 - 16.30 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T	Turnen Mädchen 15.00 - 16.30 6 - 9 Jahre T	Gerätturnen ④ 15.00 - 17.00 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T	Ju-Jutsu 12.00 - 15.00 ab 6 Jahre - Wettkampfgruppe SpS
Ju-Jutsu 15.30 - 16.30 ab 6 Jahre (m/w) SpS	Turnen Kinder 16.00 - 17.00 3 - 6 Jahre (2. Gruppe) T	Gerätturnen ④ 15.00 - 16.30 Aufbaugruppe ab 6 Jahre (w) T	Eltern-Kind-Turnen 15.00 - 17.00 (1½ - 3 Jahre, 2 Gruppen) SpS	Kindertanz 16.15 - 17.00 6 - 8 Jahre SpS	Tischtennis 13.30 - 15.30 Fortgeschrittene (m/w) T
Ju-Jutsu 16.30 - 18.00 ab 10 Jahre (m/w) SpS	Ju-Jutsu 16.00 - 17.30 ab 10 Jahre (m/w) SpS	Kreativer Kindertanz ② 15.10 - 16.00 4 - 5 Jahre (1. Gruppe) SpS	Leichtathletik ⑤ 16.00 - 17.30 6-10 Jahre (m/w) Ros	Jazz- und Hip-Hop-Tanz 17.00 - 18.00 9 - 11 Jahre SpS	
Herzsport ① 17.00 - 18.00 Erwachsene (m/w) T	Tischtennis 16.30 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) LRS	Kreativer Kindertanz ② 16.10 - 17.00 4 - 5 Jahre (2. Gruppe) SpS	Turnen Mädchen 16.30 - 18.00 9 - 14 Jahre T	Jazz- und Hip-Hop-Tanz 18.0 - 19.00 12 - 14 Jahre SpS	
	Turnen Kinder 17.00 - 18.00 3-4 & 5-6 Jahre (3. Gruppe) T	Turnen Jungen 16.30 - 18.00 ab 6 Jahre T	Wirbelsäulengymnastik ③ 17.00 - 18.00 Erwachsene (m/w) SpS		
		Kreativer Kindertanz ② 17.00 - 17.50 ab 6 Jahre (3. Gruppe) SpS			

Abends					
Herzsport ① 18.00 - 19.00 Erwachsene (m/w) T	Gerätturnen ④ 18.00 - 20.00 Leistungsriege ab 9 Jahre (w) T	Tischtennis ⑤ 17.30 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) LRS	Leichtathletik ⑤ 17.30 - 19.00 10-16 Jahre (m/w) S Ros	Tischtennis 17.00 - 19.00 Fortgeschrittene (m/w) T	
Walking 18.00 - 19.00 Erwachsene (m/w)	Wirbelsäulengymnastik ③ 19.00 - 20.00 Erwachsene (m/w) SpS	Total Body Conditioning 18.00 - 19.00 Erwachsene (m/w) T	Pilates ② 18.00 - 19.00 Erwachsene (m/w) SpS	Tischtennis 17.30 - 19.00 Anfänger (m/w) LRS	
Ju-Jutsu 18.00 - 20.00 Jugend/Erw. (m/w) SpS	Pilates ② 20.00 - 21.00 Erwachsene (m/w) SpS	Leichtathletik ⑤ 18.00 - 20.00 ab 16 Jahre (m/w) Ros	Spiel und Spaß für Alle 18.00 - 19.30 ab 10 Jahre (m/w) T	Tischtennis 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS	
Tischtennis 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS	Fitness-Gymnastik 20.00 - 21.15 Erwachsene (m/w) T	Fitness-Gymnastik 18.00 - 19.00 Frauen SpS	Bauch - Rücken - 19.00 - 20.00 Stretching intensiv (m/w) SpS	Freizeit-Hallenfußball ⑤ 18.00 - 19.30 Erwachsene (m/w) ZS	
Herzsport ① 19.00 - 20.00 Erwachsene (m/w) T	Indoor Soccer 20.30 - 22.00 ab 16 Jahre (m/w) JHW	Fitness-Gymnastik 19.00 - 20.00 Frauen SpS	Prellball 20.00 - 22.00 Jugend/Erwachsene (m/w) T	Senioren-Gymnastik 20.00 - 21.00 Männer T	
Herzsport ① 20.00 - 21.00 Erwachsene (m/w) SpS	Freizeit-Hallenfußball 21.15 - 22.30 Erwachsene (m/w) T	Bodystyling 19.00 - 20.00 Erwachsene (m/w) T	Ju-Jutsu 20.00 - 22.00 Jugend/Erwachsene (m/w) SpS	Prellball für Ältere 21.00 - 22.00 Männer T	
Fitness-Gymnastik 20.00 - 21.00 Frauen T		Tischtennis 19.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) LRS			
		Tischtennis 20.00 - 22.00 Erwachsene (m/w) T			
		Freizeit-Basketball 20.30 - 22.00 Erwachsene (m/w) JHW			

Fitness / Gymnastik	Tanzsport
Ju-Jutsu	Tischtennis
Prellball / Ballspiele	Turnen
Reha-Sport	

Aktuelles sowie Informationen über unsere Workshops finden Sie auf unserer Homepage www.turnverein-eschersheim.de. Auskunft gibt auch gerne unsere Geschäftsstelle: 069/ 521214 oder info@turnverein-eschersheim.de

Sonntag	
Tanzkreis ② 18.00 - 19.30 Erwachsene (m/w) T	

T = Turnhalle SpS = Sportsaal

ZS = Ziehenschule EG = Emmausgemeinde
IGS = IGS Eschersheim ASS = Albert-Schweitzer-Schule
LRS = Ludwig-Richter-Schule JHW = Johann-Hinrich-Wichernschule

Probestunden sind jederzeit möglich!

① Anmeldung über die Geschäftsstelle erforderlich
② hierfür wird ein Zusatzbeitrag erhoben - Voranmeldung erforderlich
③ Nachweis über Vorkenntnisse erforderlich
④ Teilnahme nur nach vorheriger Absprache mit den Übungsleitern
⑤ Je nach Saison, andere Uhrzeiten und Veranstaltungsorte möglich