

Winter-Trainingsplan 2024/25

Stand 23.01.2025

Tag	Bemerkungen	Uhrzeit	Abteilung	Gruppe	Leitung	Trainingsort
Montag		08:00 - 09:00	Kurs	Bodystyling	Natascha	Halle Am Sauerborn
		10:00 - 12:00	Turnen	Kindergarten Kinderburg	Daniel Deistler	Halle Am Sauerborn
		15:30 - 16:30	Turnen	Eltern-Kind Turnen	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn
		16:30 - 18:00	Leichtathletik	Jugend U12 + U14	Christina Kuchta	Halle Grundschule
		17:30 - 19:00	Fußball	F-Jugend 1	Stephan	Sportplatz BGH
		17:30 - 19:00	Fußball	E-Jugend 1+2	Cris, Matthias, Bruno	Sportplatz BGH
		18:00 - 19:00	Turnen	Gymnastik Frauen ab 40 Jahre	Christine Flögel	Halle Am Sauerborn
		18:00 - 19:30	Fußball	E1-Jugend	Cris, Matthias, Bruno	Halle Grundschule
		19:00 - 20:30	Fußball	C3-Jugend JfV	Andi Koch, Kai Schwarzmeier	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		19:30 - 21:00	Leichtathletik	Jugendliche ab 18, Erwachsene	Stefanie Neumann	Halle Grundschule
		20:00 - 21:30	Fußball	A-Jugend JfV	Tim Mohr, Louis Israel	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
	21:00 - 22:00	Pickleball	Erwachsene	Fred Schlichting	Halle Grundschule	
Dienstag		09:00 - 10:00	Turnen	Nordic Walking - Anfänger und Wiedereinsteiger	Christine Flögel	Treffpunkt: Halle Am Sauerborn
		09:30 - 10:30	Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn
		10:30 - 11:30	Turnen	Babyfit	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn
		15:30 - 16:30	Turnen	Kinderturnen 3-4 Jahre	Jana Höflein, Lea	Halle Am Sauerborn
		16:30 - 17:30	Turnen	Eltern-Kind Turnen	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn
		17:30 - 19:00	Turnen	Geräteturnen Mädchen ab 8	Tabea, Jana, Lara	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 18:30	Kurs	Hatha Yoga	Lisa Winkler	PRS-Gymnastikraum
		17:00 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Tommy, Ilija, Nicole	Halle Grundschule
		17:15 - 19:00	Fußball	B1-Jugend JfV	Sebastian Wagner, Alex Habrom	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		18:40 - 19:50	Kurs	Vinyasa Power Yoga	Lisa Winkler	PRS-Gymnastikraum
		19:00 - 20:30	Aikido	Aktive	Vera Basquitt	Halle Grundschule
	19:15 - 22:00	Tischtennis	Training Erwachsene	Detlev Modersohn	Halle Am Sauerborn	
	19:15 - 21:00	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren)	Marco Zinnert	Sportplatz BGH	
Mittwoch		09:00 - 10:00	Turnen	Frühgymnastik für Frauen	Sabine Laska	Halle Am Sauerborn
		10:00-11:00	Turnen	REHA Orthopädie-Stuhlgymnastik	Elisabeth Andreae	Halle Am Sauerborn
		16:00 - 17:00	Leichtathletik	KILA U6	Stephan Przibilla	Halle Grundschule
		16:00 - 17:00	Leichtathletik	KILA U8	Steffi, Nicole	Halle Grundschule
		17:00 - 18:00	Leichtathletik	KILA U10	Steffi, Nicole	Halle Grundschule
		17:30 - 19:00	Fußball	F-Jugend 1+2	Stephan	Sportplatz BGH
		17:30 - 19:00	Fußball	E-Jugend	Cris, Matthias, Bruno	Sportplatz BGH
		18:00 - 19:30	Pickleball	Jugendliche 12-14 Jahre	Fred Schlichting	Halle Grundschule
		18:00 - 19:30	Kurs	Pilates	Kerstin Raab	Halle Am Sauerborn
		19:00 - 20:00	Turnen	Fit ab 50 plus für Herren – Funktionsgymnastik	Hubert Horn	Halle Grundschule
		19:00 - 20:45	Fußball	Soma	Frank Mergard	Sportplatz BGH
	19:30 - 22:30	Pickleball	Erwachsene, vorwiegend Freizeitspieler	Fred Schlichting	Halle Grundschule	
	19:30 - 20:30	Kurs	Bodystyling	Tamara Wirth	Halle Am Sauerborn	
Tag	Bemerkungen	Uhrzeit	Abteilung	Gruppe	Leitung	Trainingsort
Donnerstag		09:00 - 10:00	Turnen	Nordic Walking - Anfänger und Wiedereinsteiger	Christine Flögel	Treffpunkt: Halle Am Sauerborn
		09:30 - 11:00	Turnen	Kindergarten Spatzennest		Halle Am Sauerborn
		15:00 - 16:00	Turnen	Reha-Sport Lunge	Christina Reitinge-Görgner	Halle Am Sauerborn
		16:00 - 17:00	Turnen	REHA Orthopädie-Stuhlgymnastik	Natascha	Halle Am Sauerborn
		15:30 - 17:00	Turnen	Kinderturnen 5-7 Jahre	Antje Brendel	Halle Grundschule
		17:00 - 18:00	Kurs	Rückenfit + ReHa Orthopädie	Natascha	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Tommy, Ilija, Nicole	Sportplatz BGH
		17:15 - 19:00	Fußball	B1-Jugend JfV	Sebastian Wagner, Alex Habrom	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		18:00 - 19:00	Fußball	E2-Jugend	Cris, Matthias, Bruno	Halle Grundschule
		18:00 - 19:00	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie	Elisabeth Andreae	Halle Am Sauerborn
		19:00 - 22:30	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Fred Schlichting	Halle Grundschule
	19:15 - 21:00	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren)	Marco Zinnert	Sportplatz BGH	
	19:30 - 20:30	Kurs	Zumba Fitness®	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn	
	20:30 - 22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	nur Ersatz bei Bedarf	Halle Am Sauerborn	
Freitag		08:30-09:30	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie	Natascha	Halle Am Sauerborn
		09:30 - 11:00	Kurs	Tai Chi Chuan	Elfi Keller	Halle Am Sauerborn
		15:30 - 16:15	Kurs	Zumba Kids	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
		15:45 - 16:45	Fußball	Bambini	Fritz Wagner, Melanie Kunz	Sportplatz BGH/ Halle Grundschule
		16:15 - 17:15	Kurs	Zumba Gold	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
		16:45 - 18:00	Fußball	F-Jugend	Stephan	Halle Grundschule
		17:30 - 19:00	Fußball	C2+C4-Jugend JfV	Thomas Balkhausen, O. Perle	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		18:30 - 20:00	Leichtathletik	Jugend U18	Nils Neumann	PRS, Halle S3+4
		19:00 - 23:30	Tischtennis	bei Punktspielen	Detlev Modersohn	Halle Am Sauerborn
		20:00 - 22:00	Turnen	Konditions- & Kraftgymnastik mit Ballspiele für Herren 35+	Wolfgang Resch, Roger Brieskorn	Halle Grundschule
		19:00 - 22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Fred Schlichting	Halle Am Sauerborn
	alternativ	20:00-22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Fred Schlichting	PRS, Halle S3+4
Samstag						
Sonntag	nach Absprache	10:30 - 12:00	Leichtathletik	Werfergruppe	Christina Kuchta	Sportplatz BGH
		13:00 - 17:30	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren), bei Heimspielen	Marco Zinnert	Sportplatz BGH
		14:00 - 16:00	EDC	Theaterprobe	Andrea Lenz	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 19:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Reinhold (Peter) Rauch	Halle Am Sauerborn