

Das Sportangebot des Turnvereins Hammelwarden e.V.

Stand: April 2024

Internet-Adresse: www.tv-hammelwarden.de

| | Uhrzeit | Riege | Art des Turnens | Leitung |
|---------------|---------------|----------------------------|--|---------------------------------|
| Montag | 15.00 - 16:30 | | | |
| | 16:45 - 18.00 | Fit & Fun | Fitness-Workout | Helke Schlombs |
| | 18.00 - 19.30 | Ballgruppe | Fußball | Thorben Büsing |
| | 18.30 - 19.45 | Hammelwarder Sprinter | Laufen | Erika und Torsten Wertenbruch |
| | 19.30 - 21.00 | Frauen | Body and Soul | Marlies Wildführ |
| Dienstag | 15.30 - 17.00 | Fun-Girls (6-10 Jahre) | Kinderturnen | Gabriele Neese/ Barbara Borries |
| | 17.30 - 18.30 | Gemischte Gruppe | Walking/Nordic-Walking | Britta Ringsdorf |
| | 18.30 - 20.00 | Volleyball (12-15 Jahre) | Volleyball | Jan Heine |
| | 20.00 - 22.00 | Herren | Volleyball | Torsten Wertenbruch |
| Mittwoch | 16:00 - 17.30 | | | |
| | 17.30 - 19.00 | Frauen | Volleyball | Brunhilde Schlichting |
| | 18.30 - 19.45 | Hammelwarder Sprinter | Laufen | Erika und Torsten Wertenbruch |
| | 18:30 – 20:00 | Freizeitskicker (draussen) | Fußball | Rolf Stührenberg |
| | 19.00 - 20.00 | Er und Sie | Gymnastik | Karin Loga |
| 20.00 - 21.00 | Frauen | Gymnastik | Christl Bahlmann/Meike Grimsmann/Britta Ringsdorf | |
| Donnerstag | 14.30 - 16.00 | Mädchen/Jungen (4-6 Jahre) | Kinderturnen | Claudia Fette/Isabel Rüthemann |
| | 16.00 - 17.30 | Eltern/Kind (2-4 Jahre) | Kinderturnen | Claudia Fette/ Isabel Rüthemann |
| | 17.30 - 18.30 | | | |
| | 18.30 - 20.00 | Mixed-Volleyballgruppe | Volleyball | Jan Heine |
| | 20.00 - 21.30 | | | |
| Freitag | 15.30 - 16:45 | Stepp-Aerobic | Stepp-Aerobic mit Stärkung d. Bauch/Rückenmuskulatur | Helke Schlombs |
| | 17.00 - 19.00 | Herren | Hallenfußball | Holger Jacobs |
| | 19.00 - 20.00 | Zumba | Tanzfitness nach lateinamerikanischer Musik | Claudia Visser |
| Samstag | 10.00 - 12.00 | Badminton | Badminton | Gert Jan Vink |
| Sonntag | 18.30 - 20.00 | Silver Line Dancer | Spaß und Fit mit Line Dance | Meike Kaumanns |

Sportabzeichentreff ist von Mai bis September 14-tägig dienstags ab 18 h