

TSV Neuhausen-Nymphenburg- Sportprogramm Frühjahr 2022

Stand 01.05.2022

Gymnastik

Kurs: bedeutet Kurssystem mit variablem Programm und Sondergebühren.



Pre Work Fitness	Mo	07.45-08.30	online	Hannah Menz
Rücken Fit	Mo	08.00-08.55	Raum G	Lisa Schönemann
Fit am Morgen	Mo	09.00-09.55	Raum G	Lisa Schönemann
Aroha	Mo	10.00-10.55	Raum G	Andrea Rosenhammer
Emotional Moves	Mo	11.00-11.55	Raum G	Andrea Rosenhammer
Flexibar	Mo	17.00-17.55	Raum G	Andrea Rosenhammer
Full Body Workout	Mo	17:00-17:55	Halle A	Vera Ostler
Rücken/ Ganzkörper Fit	Mo	18.00-18.55	Halle G	Vera Ostler
Connys dahoam fit	Mo	18.00-18.55	online	Cornelia Mißelbeck
Aroha	Mo	18.00-18.55	Clubraum	Andrea Rosenhammer
Yoga-Stretch & Relax	Mo	19.00-20.00	online	Cornelia Mißelbeck
Spielsportgymnastik	Mo	19.30-21.00	Halle A	Rolf „Loisl“ Steger
Stuhlgymnastik	Di	09.00-09.55	Raum G	Ernst Wildner
Senioren-gymnastik 1	Di	10.00-10.55	Raum G	Ernst Wildner
Sling Training	Di	17.00-17.55	Raum G	Rachel Leber
Pilates	Di	18.15-19.15	online	Martina Dzienian-Barta
Mobility& Strech	Di	18.00-18.55	Raum G	Antonia Grasmeier
Senioren-gymnastik	Di	18.00-18.55	Halle B	Elka Epkes
Breakletics- Hiit the beat	Di	19.00-19.55	Raum G	Antonia Grasmeier
Damengymnastik	Di	19.00-19.55	Halle B	Elka Epkes
Powergymnastik	Di	20.00-20.55	Halle B	Eva Schulz
Zumba (ext. Kurs)	Di	20.00-20.55	Raum G	Muriel Rathje
Pre Work Fitness	Mi	07.45-08.30	online	Hannah Menz
Senioren-gymnastik 3 Wirbelsäule	Mi	09.00-09.55	Raum G	Ernst Wildner
Wirbelsäule 1	Mi	10.00-10.55	Raum G	Ernst Wildner
Feldenkrais	Mi	11.00-11.55	Raum G	Offer Greenberg
Sling Training 2	Mi	17.00-17.55	Raum G	Rolf „Loisl“ Steger
Pilates	Mi	18.00-19.00	Hybrid Halle G	Angelika Mayer
Frauenpower	Mi	18.00-18.45	Halle C+D	Rolf „Loisl“ Steger
Männer Fitness	Mi	19.00-20.30	Halle C+D	Rolf „Loisl“ Steger
HCIT (externer kurs)	Mi	19.00-19.55	Halle A	Andi Wildner
Ganzkörperworkout	Mi	19.00-19.55	Hybrid Halle G	Angelika Mayer
Pre Work Fitness	Do	07.45-08.30	online	Hannah Mentz
Yoga Einsteiger & Fortgeschr.	Do	09:00-10:00	online	Cornelia Mißelbeck
Core-Board	Do	11.00-11.55	Raum G	Andrea Rosenhammer
Körperbildung	Do	10.00-10.55	Halle A+B	Monika Strnad
Wirbelsäulengymnastik	Do	18.30-19.30	online	Martina Dzienian-Barta
Tabata	Do	18.00-18.55	Halle G	Eva Schulz
Body Fit	Do	19.00-19.55	Halle G	Eva Schulz
Wirbelsäule 3	Fr	08.00-08.55	Raum G	Lisa Schönemann
Wirbelsäule	Fr	09.00-09.55	Raum G	Lisa Schönemann
Rücken special	Fr	10.00-10.55	Raum G	Loisl S.
Flexibar	Fr	11.00-11.55	Raum G	Loisl S.
Feldenkrais	Fr	17.00-17.55	Raum G	Offer Greenberg

Outdoor

Soft Walking	Mo	17:00-18:30	Outdoor	Uta Magister
Lauf-Gruppe für Fort.	Di	18.15-19.45	Outdoor	Rachel Leber
Walking-Treff	Mi	09.00-10.30	Outdoor	Lisa Schönemann
Wogging	Do	17.30-19.00	Outdoor	Rolf „Loisl“ Steger

Badminton

Jugend	Mo+Do	18.00-19.30	Halle A-D	Badminton-Team
Erwachsene	Mo+Do	19.30-21.55	Halle B-D	Badminton-Team
1. + 2. Mannschaft	Di	19.00-20.55	Halle A	Badminton-Team

Basketball

8- 11 Jahre	Mo	17.00-18.30	Gertrud-Bäumer-Str. 19	Frederik Fücksle
12-14 Jahre	Fr	14.30-16.00	Halle A+B	Cihan Cilingiroglu
Über 15 Jahre	Mo	18.30-20.00	Gertrud-Bäumer-Str. 19	Frederik Fücksle

Boule

Erwachsene		Mo+Di	ab 16.30Uhr	Ballauf-Platz	Axel Gillman
------------	--	-------	-------------	---------------	--------------

Karate

Anf. +Fort	Mi	18.00-21.00	Maria Ward Schule	Nathalie Matheus
Anf. +Fort	Fr	18.00-21.00	Maria Ward Schule	Nathalie Matheus
Frauen Training	Fr	20.00-21.00	Maria Ward Schule	Nathalie Matheus
Anfänger	So	16.00-17.00	Halle G	Nathalie Matheus
Fortgeschrittene	So	17.00-18.00	Halle G	Nathalie Matheus

Spiel und Spaß

Hallenfußball Herren	Mi	20.30-21.55	Halle C+D	Manuel Able
Prellball Erwachsene	Fr	19.00-20.55	Halle B	Trudl Ammer

Taekwondo

Kinder ab 6 Jahren	Di	16.30-17.55	Halle B	Andreas Wildner
--------------------	----	-------------	---------	-----------------

Turnen+ Trendsport +Jugend

Mini- Eltern-Kind Turnen; 2-3 J m+w	Di	16.05-17.00	Halle C	Hannah, Manu
Eltern-Kind-Turnen 1; 3-4 J m+w	Di	16.05-17.00	Halle D	Vanessa
Eltern-Kind-Turnen 2; 3-4 J m+w	Do	15.05-16.00	Halle C	Antonia
Eltern-Kind-Turnen 3 3-4 J m+w	Do	16.05-17.00	Halle C	Anika / Nici
Kinderturnen 1, 4- 6 Jahre m+w	Di	16.05-17.00	Halle A	Sybille, Jakob
Kinderturnen 2, 4- 6 Jahre m+w	Do	15.05-16.00	Halle A	Sybille, Jakob
Kinderturnen 3; 4-6 Jahre m+w	Do	16.05-17.00	Halle D	Sybille, Alex
Turnen & Spiel 1; 5-8 J m+w	Mo	17.05-18.00	Halle D	Sybille, Nathalie, Leah
Turnen & Spiel 2; 5-8 J m+w	Di	17.05-18.00	Halle A	Sybille, Jakob
Turnen & Spiel 3; 5-8 J m+w	Do	17.05-18.00	Halle B	Sybille, Jessica
Turnen Mädels; 6-7 J	Do	15.05-16.00	Halle A	Katharina, Anja
Turnen Mädels 7-9 J	Mo	17.05-18.00	Halle C	Vanessa, Antonia
Turnen Mädels 8-9 J	Do	16.05-17.00	Halle A	Eva S., Antonia
Turnen Mädels Special ab 10 J	Di	17.05-18.00	Halle D	Nicole, Vanessa
Turnen Mädels ab 10 J	Do	17.05-18.00	Halle A	Eva S., Antonia
Turnen Jungs; 6-7 J	Do	15.05-16.00	Halle B	Alex, Tanja
Turnen Jungs ab 8 J	Do	16.05-17.00	Halle B	Jakub, Leah, Jessica
Parcour ab 8 J m+w (Anf 2.)	Mo	17.05-18.00	Halle A+B	Luis, Jakob
Parcour m+w ab 10 J (Fortg.)	Do	17.05-18.00	Halle C+D	Alex, Jakob

Kindertanz

Kurs: Moderner Kindertanz (6-9J.)	Di	16.00-16.45	Raum G	Salvina Schneider
-----------------------------------	----	-------------	--------	-------------------

Turnen und Spiel

Leistungsturnen (ab 10J.)	Mi	18.00-19.55	Maria Ward Schule	Martin Huth
Leistungsturnen	Fr	19.00-20.55	Halle A	Martin Huth

Volleyball

Volleyball Gallier	Mo	20.00-22.00	Gertrud-Bäumer-Str. 19	Volleyball Team
Erw. Gallier&Friends	Mi	19.30-21.30	Gertrud-Bäumer-Str. 19	Volleyball Team
Optisch Überlegen	Do	20.30-22.00	Sadelerstr. 10	Volleyball Team
Volleyball Jugend (ab 10J.)	Mi	17.15-18.55	Maria Ward Schule	Simone Weinzierl
Loud n Proud	Do	20.00-22.00	Infanteriestraße 27	Volleyball Team

FitnessStudio

Hinweis: Für die Mitgliedschaft im FitnessRaum ist die Mitgliedschaft im Verein Voraussetzung.

Tag	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9-10							
10-11	Sybille	Sybille	Loisl	Loisl	Ernst		
11-12							
16-17	Andi	Loisl	Andi				
17-18							
18-19	Joshi	Justine	Nico	Cihan/Moritz	Nathalie	Basti/ Paul	Basti/ Paul
19-20							
20-21							

Büroöffnungszeiten: Mo+Di 17:30-19 Uhr | Mi 09:30-11:30 Uhr | Do 15:00-16:30 Uhr 089/170646