

Winter-Trainingsplan 2025/26

Stand 16.10.2025

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	E-Jugend 1+2	Heiner, Tommy, Jens	Sportplatz BGH
		18:00 - 19:30	Fußball	B1-Jugend JFV	Sebastian Wagner, Thorsten Grützner	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		18:00 - 19:00	Turnen	Gymnastik Frauen ab 40 Jahre	Christine Flögel	Halle Am Sauerborn
		19:00 - 20:30	Fußball	C3-Jugend JFV	Andi, Kai,Thomas	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		19:30 - 21:00	Leichtathletik	Jugendliche ab 18, Erwachsene	Stefanie Neumann	Halle Grundschule
		19:30 - 22:00	Pickleball	Erwachsene		Halle Am Sauerborn
		20:00 - 21:30	Fußball	A-Jugend JFV	Tim Mohr, Louis Israel	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
Dienstag		09:00 - 10:00	Turnen	Nordic Walking - Anfänger und Wiedereinsteiger	Christine Flögel	Treffpunkt: Halle Am Sauerborn
		10:30 - 11:30	Turnen	Babyfit	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn
		16:00 - 17:00	Turnen	Kinderturnen 3-5 Jahre	Jana Höflein, Lea	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 18:15	Turnen	Turnen 1./2. Klasse	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Matze, Bruno, Luca	Sportplatz BGH
		18:15 - 19:30	Turnen	Turnen ab 3. Klasse	Jana Höflein, Lara	Halle Am Sauerborn
		16:00 - 17:30	Kurs	Hatha Yoga	Olha Hauptstein	Gymnastikraum FitAktiv
		19:00 - 20:00	Kurs	Vinyasa Power Yoga	Olha Hauptstein	Gymnastikraum FitAktiv
		19:00 - 20:30	Aikido	Aktive	Vera Basquitt	Halle Grundschule
		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 5-Stuhlgymnastik	Elisabeth Andreae	Halle Am Sauerborn
		15:00 - 16:00	Turnen	Reha-Sport Lunge	Kirsten Stein	Halle Am Sauerborn
	eventuell kommend ab Januar	16:00 - 17:00	Turnen	Reha-Sport Lunge für Jugendliche	Kirsten Stein	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	Iljja, Noah	Sportplatz BGH
		17:30 - 19:00	Fußball	E-Jugend 1+2	Heiner, Tommy, Jens	Sportplatz BGH
		18:00 - 19:30	Pickleball	Jugendliche 12-14 Jahre		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		Halle Grundschule
		19:30 - 20:30	Kurs	Bodystyling	Tamara Wirth	Halle Am Sauerborn
		20:30 - 22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	nur Ersatz bei Bedarf	Halle Am Sauerborn
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
		16:00 - 17:00	Turnen	REHA Orthopädie 1-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 6	Natascha	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Matze, Bruno, Luca	Sportplatz BGH
		17:30 - 19:00	Fußball	B1-Jugend JFV	Sebastian Wagner, Thorsten Grützner	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
		18:00 - 19:00	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie 3	Elisabeth Andreae	Halle Am Sauerborn
		19:00 - 22:30	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen		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 2	Natascha	Halle Am Sauerborn
		15:30 - 16:15	Kurs	Zumba Kids	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
		15:45 - 16:45	Fußball	Bambini	Fritz, Moritz, Dennis	Sportplatz BGH/ Halle Grundschule
		16:15 - 17:15	Kurs	Zumba Gold	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
		16:45 - 18:30	Fußball	F-Jugend	Iljja, Noah	Sportplatz BGH
		17:30 - 19:00	Fußball	C2+C4-Jugend JFV	Thomas Balkhausen, O. Perle	Sportplatz BGH/ Nach Absprache
	geplant	17:45 - 19:15	Kurs	Stress Management		Halle Am Sauerborn
		18:30 - 20:00	Leichtathletik	Jugend U18	Nils Neumann	PRS, Halle S3+4
		20:00 - 22:00	Turnen	Konditions- & Kraftgymnastik mit Ballspiele für Herren 35+	Roger Brieskorn	Halle Grundschule
		19:00 - 22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen		Halle Am Sauerborn
	alternativ	20:00-22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen		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
		11:00 - 14:00	EDC	Theaterprobe	Andrea Lenz	Halle Am Sauerborn
		17:00 - 19:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Reinhold (Peter) Rauch	Halle Am Sauerborn