

Trainingsplan

Aufgrund der Sperrung der Grundschulturnhalle bitte ggf. Trainer kontaktieren

Stand 24.11.22

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	
		12:00 - 13:10	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn	
		15:30 - 16:30	Turnen	Eltern-Kind Turnen	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn	
		16:30 - 17:30	Turnen	Eltern-Kind Turnen	Melanie Kunz	Halle Am Sauerborn	
		16:30 - 18:00	Leichtathletik	Jugend (9 - 11 Jahre)	Christiina Kuchta	Halle Grundschule	
		18:00 - 19:00	Turnen	Gymnastik Frauen ab 40 Jahre	Christine Flögel	Halle Am Sauerborn	
		18:00 - 19:30	Fußball	E-Jugend	Cris, Oliver, Marian	Halle Grundschule	
		17:30 - 19:00	Fußball	F-Jugend 1+2	Matthias, Bruno, Jenni	Sportplatz BGH	
		17:30 - 19:00	Fußball	E-Jugend	Cris, Oliver, Marian	Sportplatz BGH	
		18:00 - 19:30	Fußball	JFV - B1	Michael Eitner	Sportplatz BGH	
		19:00 - 20:10	Kurs	Vinyasa Power Yoga	Nina Rehermann	Halle Am Sauerborn	
		19:15 - 21:00	Fußball	Damen	Pascal Zinnert	Sportplatz BGH	
		19:30 - 21:00	Fußball	JFV - A2	Michael Eitner	Sportplatz BGH	
		nach Absprache pausiert ab sofort	19:30 - 21:00	Leichtathletik	Jugendliche ab 14, Erwachsene	Stefanie Neumann	Halle Grundschule
			20:15 - 21:15	Kurs	Zumba Fitness®	Verena	Halle Am Sauerborn
	Dienstag		07:55 - 09:25	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn
		09:00 - 10:00	Turnen	Nordic Walking - Anfänger und Wiedereinsteiger	Christine Flögel	Treffpunkt: Halle Am Sauerborn	
		09:30 - 11:00	Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn	
		11:00 - 13:10	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn	
		15:45 - 16:45	Turnen	Kinderturnen	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn	
		17:00 - 18:30	Turnen	Kinderturnen Grundschüler	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn	
		17:00 - 19:00	Fußball	F-Jugend 1+2	Matthias, Bruno, Jenni	Halle Grundschule	
		17:30 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Daniel Vassallo/ Thore Körschgen	Sportplatz BGH	
		18:30 - 22:00		FREI		PRS Gymnastikraum	
		Forum Grundschule	19:00 - 20:30	Aikido	Aktive	Vera Basquitt	Halle Grundschule
		19:15 - 22:00	Tischtennis	Training Erwachsene	Manfred Schlicht	Halle Am Sauerborn	
		19:15 - 21:00	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren)	Marco Zinnert, Achim Diehl	Sportplatz BGH	
Mittwoch		07:55 - 09:00	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn	
		09:00 - 10:00	Turnen	Frühgymnastik für Frauen	Sabine Laska	Halle Am Sauerborn	
		10:00 - 11:25	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn	
		pausiert	10:15 - 11:15	Turnen	Babyfit	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn
		14:30 - 15:30	Kurs	Rückenfit	Natascha	Halle Am Sauerborn	
		15:30 - 16:30	Turnen	Eltern-Kind-Turnen	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn	
		16:45 - 17:45	Turnen	Kinder 3+4 Jahre	Lea Höflein, Nuno Vena-Veloso	Halle Am Sauerborn	
		17:00 - 18:00	Leichtathletik	Kinder (Kita + 1. Klasse)	Christina, Nicole, Steffi, Nils	HalleTSV Ober-Erlenbach, Josef-Baumann-Str. 2, HG	
		17:00 - 18:30	Leichtathletik	Kinder (2. + 3. Klasse)	Christina, Nicole, Steffi, Nils	HalleTSV Ober-Erlenbach, Josef-Baumann-Str. 2, HG	
		17:30 - 19:00	Fußball	F-Jugend 1+2	Matthias, Bruno, Jenni	Sportplatz BGH	
		17:30 - 19:00	Fußball	E-Jugend	Cris, Oliver, Marian	Sportplatz BGH	
		17:45 - 19:15	Fußball	JFV - C1	Sebastian Wagner	Sportplatz BGH	
		wegen Hallensperrung verlegt, bitte Trainer kontaktieren	18:00 - 19:30	Pickleball	Jugendliche 12-14 Jahre	Theo Pospich	Halle Grundschule
			19:30 - 22:30	Pickleball	Erwachsene, vorwiegend Freizeitspieler	Fred Schlichting	Halle Grundschule
		18:00 - 19:30	Kurs	Pilates	Kerstin Raab	Halle Am Sauerborn	
	bei schlechtem Wetter Do	19:15 - 20:45	Fußball	Soma	Frank Mergard	Sportplatz BGH	
		19:30 - 20:30	Kurs	Bodystyling	Manuela Wolf-Steckel	Halle Am Sauerborn	
	nach Absprache	19:30 - 20:30	Turnen	Fit ab 50 plus für Herren – Funktionsgymnastik	Herbert Laska	Halle Grundschule	
		20:30 - 22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	nur Ersatz Bedarf	Halle Am Sauerborn	

Tag	Bemerkungen	Uhrzeit	Abteilung	Gruppe	Leitung	Trainingsort
Donnerstag		07:55 - 09:25	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn
		09:00 - 10:00	Turnen	Nordic Walking - Anfänger und Wiedereinsteiger	Christine Flögel	Treffpunkt: Halle Am Sauerborn
		09:30 - 11:00	Turnen	Kindergarten	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn
		13:15 - 14:15	Tennis AG	Grundschule		Halle Am Sauerborn
		15:00 - 16:00	Turnen	Reha-Sport Lunge	Christina Reitinger-Görgner	Halle Am Sauerborn
	wegen Hallensperrung verlegt, bitte Trainer kontaktieren	16:00 - 17:00	Turnen	Kinderturnen ab 5 J./Vorschüler	Christina Kuchta, Laura Becker	Halle Grundschule
		16:00 - 17:00	Turnen	Kinderturnen Erstklässler	Lea Höflein, Nils Neumann	Halle Grundschule
		16:15 - 17:15	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie I+II	Christina Reitinger-Görgner	Halle Am Sauerborn
		17:30 - 19:00	Fußball	D-Jugend	Daniel Vassallo/ Thore Körschaen	Sportplatz BGH
		18:30 - 19:30	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie III	Christina Reitinger-Görgner	Halle Am Sauerborn
	ggf. Absprache mit SOMA bei Schlechtwetter	19:00 - 22:30	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Fred Schlichting	Halle Grundschule
		19:15 - 21:00	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren)	Marco Zinnert, Achim Diehl	Sportplatz BGH
		19:30 - 20:30	Kurs	Zumba Fitness®	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
Freitag		08:30-09:30	Turnen	ReHa-Sport Orthopädie II	Natascha	Halle Am Sauerborn
		09:30 - 11:00	Kurs	Hatha Yoga	Claudia Behne	Halle Am Sauerborn
		11:00 - 13:10	Schulsport	Grundschule		Halle Am Sauerborn
		15:30 - 16:30	Turnen	Kinder-Tanzen	Jana Höflein	Halle Am Sauerborn
		15:45 - 16:45	Fußball	Bambini	Lea Höflein, Annika Nonnengießer	Sportplatz BGH
		16:30 - 17:30	Kurs	Zumba Gold	Eva Schneider	Halle Am Sauerborn
		17:30 - 19:30	Fußball	JFV - C1	Sebastian Wagner	Sportplatz BGH
		18:30 - 20:00	Leichtathletik	Jugend (9 - 11 Jahre)	Christina Kuchta	PRS, Halle S3+4
		18:30 - 20:00	Leichtathletik	Jugend (ab 12 Jahre)	Stefanie Neumann, Nils Neumann	PRS, Halle S3+4
	z.T. in Halle Am Sauerborn	18:30 - 20:00	Turnen	Parkour	David Zimmermann	Halle Grundschule
		19:00 - 23:30	Tischtennis	bei Punktspielen	Manfred Schlicht	Halle Am Sauerborn
		19:15 - 21:00	Fußball	Damen	Pascal Zinnert	Sportplatz BGH
		19:30 - 21:00	Fußball	JFV - A2	Michael Eitner	Sportplatz BGH
	verlegt in PRS	20:00 - 22:00	Turnen	Konditions- & Kraftgymnastik mit Ballspiele für Herren 35+	Wolfgang Resch	Halle Grundschule
		20:00-22:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Norbert Möhring	PRS, Halle S3+4
Samstag		11:00 - 12:00	Fußball	E2-Jugend, bei Heimspielen	Tim, Oliver, Peter, Nick	Sportplatz BGH
		12:00 - 13:00	Fußball	E1-Jugend, bei Heimspielen	Tim, Oliver, Peter, Nick	Sportplatz BGH
		13:00 - 14.30	Fußball	D-Jugend, bei Heimspielen	Daniel Vassallo/ Thore Körschaen	Sportplatz BGH
Sonntag	nach Absprache	10:30 - 12:00	Leichtathletik	Werfergruppe	Christina Kuchta	Halle Am Sauerborn/ Sportplatz BGH
		11:00 - 13:00		Privattraining	Fam. Koppisch	Halle Am Sauerborn
		13:00 - 17:30	Fußball	1. und 2. Mannschaft (Senioren), bei Heimspielen	Klaus Krieger, Achim Diehl	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, nach Absprache auch Sportpark Frdf.
		17:00 - 19:00	Pickleball	Erwachsene, alle Gruppen	Reinhold (Peter) Rauch	Halle Am Sauerborn, nach Absprache auch Sportpark Frdf.