



Montag

14:00 - 15:00 Uhr

Seniorenport (ehem.DRK)

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sabine Bräutigam / Monika Linneboden

16:00 - 17:00 Uhr

Turnen für Kinder von 3 bis 6 Jahren

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Charlotte Schaminet

17:00 - 18:00 Uhr

Abenteuerturnen für Kinder

ab dem 1. Schuljahr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Jessica

18:30 - 20:00 Uhr

Badminton für junge Erwachsene/Jugendliche

ab 14 Jahren

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Nicole Mestermann

19:30 - 20:30 Uhr

Fitness für Jedermann

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Heike Heppelmann

Dienstag

16:00 - 17:00 Uhr

Eltern-Kind-Turnen: Hier turnen

Eltern und Kind gemeinsam!

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Tamara Köster

Mittwoch

15:30 - 17:00 Uhr

Geräteturnen für Kinder im Grundschulalter

(und älter)

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sarah Heppelmann

17:00 - 18:30 Uhr

Trampolin-Turnen

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sarah Heppelmann / Jana Heppelmann

18:30 - 19:30 Uhr

Männersport

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Werner Giesbers

19:30 - 20:30 Uhr

FitnessTanz® für Alle (19:45 bis 20:45)!

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Saskia Schleimer

Donnerstag

18:30 - 19:30

Workout

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sabrina Fengler

20:00 - 21:00 Uhr

Gymnastik für Frauen

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Ingrid Ulrich

Freitag

17:30 - 18:30 Uhr

Walking für Anfänger

Ort: Laufstrecken: Odacker; Freibad; Sedansteich

(Bilsteinhöhle) saisonbedingt ab April

Leitung/Betreuung: Heike Heppelmann

17:30 - 19:00 Uhr

Badminton für Erwachsene - Just for Fun

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Heike Heppelmann / R. Joangieseker

Walking für Fortgeschrittene

Ort: Laufstrecken: Odacker; Freibad; Sedansteich

(Bilsteinhöhle) saisonbedingt ab April

Leitung/Betreuung: Heike Heppelmann

19:00 - 20:30 Uhr

Badminton für Könner

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Nicole Mestermann

Samstag

12:30 - 14:00 Uhr

Badminton für Kinder 10 bis 15 Jahre

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Nicole Mestermann / Alina Biermann

Besuchen Sie uns innerhalb unserer
Übungsstunden, wir sind immer für Sie da.

Heike Heppelmann Tel.: 02902 58061

Internet www.ltv-hirschberg.de

E-Mail vorstand@ltv-hirschberg.de