

Turnerbund 1908 e.V. Assenheim

Regelmäßige Übungsstunden Stand ab 04.09.2023

Änderungen in Rot.

Montag

- 15:15 – 16:45 Uhr** Eltern- u. Kind Turnen 1 ½ - 4 Jahre
Monika Seiberth Hesch Tel.0157 88323981
- 16:15 – 17:45 Uhr** Eltern- u. Kind Turnen 1 ½ - 4 Jahre
Monika Seiberth Hesch Tel.0157 88323981
- 18:30 – 19:30 Uhr** „Rund um die Wirbelsäule
Kräftigungs- und Stabilisierungsübungen
Petra Graf Tel. 0170 4054131
- 19:30 – 20:30 Uhr** Gymnastik und mehr....
Petra Graf Tel. 0170 4054131

Dienstag

- 08:45 – 09:45 Uhr** Allround Gymnastik
Petra Hesser
- 10:00 – 11:00 Uhr** Gymnastik für Senioren
Petra Graf Tel. 0170 4054131
- 15:15 – 16:45 Uhr** Eltern- u. Kind Turnen 1 ½ - 4 Jahre
Monika Seiberth Hesch Tel.0157 88323981
- 16:15 – 17:45 Uhr** Eltern- u. Kind Turnen 1 ½ - 4 Jahre
Monika Seiberth Hesch Tel.0157 88323981
- 18:00 – 20:00 Uhr** Badminton Damen und Herren
Udo Rausch Tel. 0176 78482558

Mittwoch

- 10:00 – 11:00 Uhr** Fit in den Tag für Senioren
Petra Graf Tel. 0170 4054131
- 16:30 – 17:30 Uhr** Kinderturnen Vorschule ab 4 Jahre
Petra Graf Tel. 0170 4054131
- 17:30 – 18:30 Uhr** Kinderturnen ab 1. Klasse
Petra Graf Tel. 0170 4054131
- 18:45 – 20:00 Uhr** Badminton Damen, 1. Gruppe
Ursula Riemer Tel. 06231 2328
- 20:00 – 21:00 Uhr** Badminton Damen, 2. Gruppe
Barbara Ose Tel. 06231 975115

Donnerstag

- 18:30 – 21:00 Uhr** Sommerzeit Boule auf dem Außengelände
- 18:00 – 21:00 Uhr** Winterzeit Boule auf dem Außengelände
Wolfgang Fischer Tel. 0176 22721306
- 19:00 – 20:00 Uhr** Zumba
Heike Hohl Tel.0176 55007436
- 20:00 – 22:00 Uhr** Volleyball für Damen und Herren
Iris Lüdtker Tel. 06231 7275
- Ab 18:00 Uhr** Bei schönem Wetter im Außenbereich

Freitag

- Ab 19:00 Uhr** Backgammon
Detlef Große Tel. 06231 403854
- Alle 2 Wochen!** Tel. 0160 96466915

Alle Übungsstunden finden in der **Assenheimer Gemeinschaftshalle** an der Gronauer Straße statt. Neue Interessenten können an den angegebenen Terminen drei Schnupperstunden in Anspruch nehmen. Anmeldungen am Übungstag bei den Übungsleiter/innen bez. Betreuern oder bei Werner Sahler, Abteilung Breitensport, Telefon: 06231 5789 oder 0173 8483137