

TSG 1861/03 Eppstein/Ts. e.V.

Trainingsplan Sommer 2016

Sportart/Abtlg./Itg.	Altersgruppen	Sportstätte	Tag	Uhrzeit	Leitung	Telefon
Handball Jens Ladwig Tel.: 3 20 76 Jugendwartin weiblich Tina Schreiber 0157 - 72 39 64 62	1. Herren	Sporthalle Bienroth Sporthalle Bienroth	Dienstag Donnerstag	20.00 - 21.30 20.00 - 22.00	Jan-Olaf Immel	über Jens Ladwig 3 20 76
	2. Herren	Sporthalle Bienroth	Donnerstag	19.45 - 21.30	Mathias Seifert	0177 - 7542222
	1. Damen	Sporthalle Bienroth Sporthalle Bienroth	Mittwoch Freitag	20.00 - 22.00 20.30 - 22.00	Daniel Schmidt	ü. Doreen Weber 0179 - 2163177
	m.Jgd. A 17-18 J.	Sporthalle Bienroth	Dienstag	18.30 - 20.00	G. Fassbeck	ü. 0160-97210955
	m.Jgd. B 15-16 J.	Sporthalle Bienroth	Dienstag	18.30 - 20.00	Yannik Garcia	0176 - 32236213
	m.Jgd. C 13-14 J.	Sporthalle Bienroth	Donnerstag	18.30 - 20.00	Henning Wagner	0157 - 35339736
	m.Jgd. D 11-12 J.	Sporthalle Bienroth	Dienstag	17.00 - 18.30	Tatjana Schier	0151 - 56380046
	m.Jgd. E (1+2) 9-10 J.	Comenius-Halle	Dienstag	17.00 - 18.30	Doreen Weber	0179 - 2163177
	w.Jgd. A 17-18 J.	Sporthalle Bienroth	Mittwoch	18.30 - 20.00	L. Rauch de Castro	0157 - 51227601
	w.Jgd. B 15-16 J.	Sporthalle Bienroth	Mittwoch	18.30 - 20.00		
	w.Jgd. D (1+2) 11-12 J.	Sporthalle Bienroth	Donnerstag	17.00 - 18.30	Tina Schreiber	0157 - 72396462
	w.Jgd. E (1+2) 9-10 J.	Sporthalle Bienroth	Donnerstag	15.15 - 17.00	Kim Huhn	0172 - 4418861
	m.F.-Jgd. 7-8 J.	Sporthalle Bienroth	Dienstag	15.00 - 17.00	Kim Huhn	0172 - 4418861
	w.F.-Jgd. 7-8 J.	Sporthalle Bienroth	Dienstag	16.30 - 17.30	Manuela Rosteck	500 577
	Minis Eppstein ab 5 J.	Sporthalle Burgschule	Donnerstag	16.30 - 19.00	G. Warhonowicz	595 99 96
Minis Bremthal ab 5 J.	Comenius-Halle	Mittwoch	16.00 - 17.00	Peter Lange	3 24 93	
Boule	Sie und Er	Sportplatz Bienroth	Donnerstag	15.00 - 17.00	Waltram Ebmeyer	585 554
Leichtathletik	Kinder U10 – 6-9 J.	Sportplatz Bienroth	Freitag	16.30 - 17.30	Simone Siebeneicher	500 888
Manfred Helbig Tel.: 500 626	Schüler U14 – 10-13 J.	Sportplatz Bienroth	Freitag	17.00 - 18.30	Martina Helbig	500 626
	Jugend/Erwachsene	Sportplatz Bienroth Sportplatz Bienroth	Dienstag Freitag	18.00 - 20.00 18.00 - 20.00	Klaus Steinfurth Klaus Steinfurth	3 44 03 3 44 03
	Jugend/Erwachsene	Kraftraum	Mo./Do.	17.30 - 19.30	Klaus Steinfurth	3 44 03
	Sportabzeichen	Sportplatz Bienroth	Freitag	18.00 - 20.00	Wolfgang Büttner	0151 - 22311103
Langlauf	Lauftreff 16 – 80 J.	nach Absprache	nach Abspr.		wechselnd	
Rasenkrasport Yvonne Steinfurth Tel. 3 34 92	ab 14 Jahre	Sportplatz Bienroth	Mittwoch	18.00 - 20.00	Klaus Steinfurth nach Absprache	3 44 03
Tischtennis						
Michael Albers Tel.: 3 30 76	Herren	Bürgerhaus Eppstein	Montag	20.00 - 23.00		
Triathlon Bernd Pauer Tel.: 59 16 90	Laufen alle AK	Niederjosbach, Sportplatz	Dienstag	19.30	Dieter Berdux	0173 - 9629308
	Schwimmen alle AK Radfahren	Rhein-Main-Therme nach Absprache	Mo./Mi.	21.00	Caroline Langer Bernd Pauer	06171 - 58 17 25 0172 - 324 89 90
Turnen/Fitness	Eltern/Kind 2-4 J.	Turnhalle Burg-Schule	Dienstag	15.45 - 16.45	Ulrike Herrmann	
Anke Vehring Tel.: 586 645	Kinder 4-6 J. flicflac	Turnhalle Burg-Schule	Montag	16.30 - 17.30	M. Hans / A. Vehring	27 43 / 586 645
	Vater-Kind-Turnen 3-6 J.	Turnhalle Burg-Schule	Samstag	10.00 - 11.15	Olaf Grüning	0160 - 939 16273
	Vital-Gymn. Frauen	Sporth. Bienroth Gym.R.	Mittwoch	17.15 - 18.15	Renate Hilles	3 28 87
	INDIAN BALANCE	Sporth. Bienroth Gym.R.	Mittwoch	18.30 - 19.30	Renate Hilles	3 28 87
	Sie u. Er Gymnastik	Turnhalle Burg-Schule	Freitag	20.00 - 21.30	Peter Kuhn	17 51
	off. Ballsportgruppe - Erw.	Turnhalle Burg-Schule	Sonntag	18.30 - 20.00	Anke Vehring	586 645
	Kraftraining Fitness, Rücken, Knie	Sporthalle Bienroth Kraftraum	Montag Dienstag Dienstag Donnerstag	19.30 - 21.00 8.00 - 9.00 9.00 - 11.00 20.00 - 22.00	Gisela Swiderski Marcelle Schlink Renate Hilles Christoph Jung	89 08 79 00 3 28 87 3 29 27
	Fit über 50 Frauen	Turnhalle Burg-Schule	Donnerstag	19.00 - 20.30	Swiderski/Yaprianto	89 08 / 3 24 16
	Rücken-Fit, Sie u. Er	Turnhalle Burg-Schule	Dienstag	19.00 - 20.15	Renate Hilles	3 28 87
	Aktiv und gesund	Kath. Pfarrheim	Freitag	9.00 - 10.00	Monika Dambacher	34 95 44
Rhythm. Gymnastik	Turnhalle Burg-Schule	Mittwoch	19.45 - 21.00	Steffi Lincius	500 557	
Kurs	Wirbelsäulengymnastik	Sporth. Bienroth Gym.R.	Montag	18.00 - 19.00	Anja Lenz	73 89
Kurs	Stepp-Intervall	Sporth. Bienroth Gym.R.	Montag	19.00 - 20.00	Anja Lenz	73 89
Kurs	Deep-Work	Sporth. Bienroth Gym.R.	Montag	20.15 - 21.15	Anja Lenz	73 89
Kurs	Pilates	Sporth. Bienroth Gym.R.	Freitag	11.00 - 12.00	Anja Lenz	73 89
Kurs	ZUMBA	Sporth. Bienroth Gym.R.	Donnerstag	19.00 - 20.00	Kerstin Hohmeister	586 680
	Jonglieren	Turnhalle Burg-Schule	Sonntag		Ute Berger-Maertens	307 88 00
	Nordic Walking Frauen / Männer	Busparkplatz Freiherr- vom-Stein-Schule	Dienstag Mittwoch Samstag	11.15 18.00 15.00	Renate Hilles Siegfried Baier Klaus Reum	3 28 87 72 60 3 21 87