

## Turngemeinde Niedernhausen 1896 e.V.

### Montag:

10:00 Uhr	12:00 Uhr	Leichtathletik	Senioren-Herren	Richtzenhain	Gebr.-Bund-Halle
16:00 Uhr	17:00 Uhr	Kinderturnen	5 Jahre	Dietrich	Gebr.-Bund-Halle
17:00 Uhr	18:00 Uhr	Gerätturnen	7-10 Jahre	Dietrich	Gebr.-Bund-Halle
18:00 Uhr	19:30 Uhr	Gerätturnen	10-16 Jahre	Müller	Gebr.-Bund-Halle
19:45 Uhr	21:00 Uhr	Fit und Gesund	Damen	Zahnow	Gebr.-Bund-Halle
19:30 Uhr	20:45 Uhr	Gymnastik	Damen	Feldmann	Schulturnhalle
16:15 Uhr	17:45 Uhr	Leichtathletik	Kinder 6-7 Jahre	Miladinovic/Lauer	TG-Sportplatz/ Schulturnhalle
16:00 Uhr	17:30 Uhr	Einsteiger	Kinder 8-9 Jahre	Hack	
17:30 Uhr	19:00 Uhr	Leichtathletik Fortgeschrittene	Kinder 12-13 Jahre	Schöfer/Eulig	TG-Sportplatz/ Schulturnhalle

### Dienstag:

09:30 Uhr	10:30 Uhr	Gymnastik	Senioren-Damen	Küpper	Gebr.-Bund-Halle
16:00 Uhr	17:00 Uhr	Eltern u. Kind	ab 1,5 - 3 Jahre	Hirschmann	Gebr.-Bund-Halle
17:00 Uhr	18:00 Uhr	Ballett Kinder	ab 9/10 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
18:00 Uhr	19:00 Uhr	Ballett Leistungsklasse/Spitze	ab 13 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
19:00 Uhr	20:15 Uhr	Ballett Mittelstufe	Jugendl.u.Erwachsene	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
20:20 Uhr	21:30 Uhr	Ballett Basis Anfänger	Erwachsene	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
17:00 Uhr	19:00 Uhr	Gerätturnen (Leistung)	Mädchen 7-9 Jahre	Edler/Dietrich	Schulturnhalle
17:00 Uhr	18:30 Uhr	Leichtathletik Fortgeschrittene	Kinder 10-11 Jahre	Schöfer/Eulig	TG-Sportplatz/ Schulturnhalle
18:30 Uhr	20:00 Uhr	Leichtathletik	Erwachsene	Schöfer/Eulig/Stähler	TG-Sportplatz/ Schulturnhalle
20:00 Uhr	22:00 Uhr	Fitness für Männer	Herren	Schuhmacher	Schulturnhalle

## Turngemeinde Niedernhausen 1896 e.V.

### Mittwoch:

10:00 Uhr	11:00 Uhr	Fit und Gesund	Damen	Zahnow	Gebr.-Bund-Halle
16:00 Uhr	17:00 Uhr	Kinderturnen	1 - 3 Jahre	Gardner	Gebr.-Bund-Halle
17:00 Uhr	18:00 Uhr	Kinderturnen	5 - 7 Jahre	Trinkl	Gebr.-Bund-Halle
18:45 Uhr	19:45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Damen und Herren	Bauscher	Gebr.-Bund-Halle

### Donnerstag:

09:00 Uhr	10:30 Uhr	Ganzkörpertraining	Frauen	Peuker-Bürkle	Gebr.-Bund-Halle
15:15 Uhr	16:15 Uhr	Kinderturnen	3-4 Jahre	Eljazouli	Gebr.-Bund-Halle
16:15 Uhr	17:15 Uhr	Kinderturnen	3-4 Jahre	Eljazouli	Gebr.-Bund-Halle
15:30 Uhr	17:00 Uhr	Gerättturnen (Leistung)	Mädchen 7-9 Jahre	Edler/Dietrich	Schulturnhalle
17:30 Uhr	18:30 Uhr	Pilates	Damen und Herren	Splittdorf	Gebr.-Bund-Halle
18:00 Uhr	19:00 Uhr	Fit your Boy	Jugendl.u.Erwachsene	Jessat	Schulturnhalle
19:00 Uhr	20:15 Uhr	Yoga	Damen und Herren	Feldmann	Gebr.-Bund-Halle
20:30 Uhr	21:30 Uhr	Fit und Fun	Damen	Ladner	Gebr.-Bund-Halle

### Freitag:

10:00 Uhr	12:00 Uhr	Leichtathletik	Senioren-Herren	Richtzenhain	Gebr.-Bund-Halle
13:30 Uhr	14:45 Uhr	Gesunder Rücken	Damen und Herren	Groenewegen	Gebr.-Bund-Halle
15:10 Uhr	16:00 Uhr	Ballett Vorbereitung	Kinder ab 6 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
16:05 Uhr	17:00 Uhr	Ballett Anfänger	Kinder ab 8 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
16:55 Uhr	18:00 Uhr	Ballett Mittelstufe	Kinder ab 13 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
16:55 Uhr	19:15 Uhr	Ballett	Leistungsklasse	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
19:30 Uhr	21:00 Uhr	Linedance	Jedermann	Straub	Gebr.-Bund-Halle

### Samstag:

10:25 Uhr	11:15 Uhr	Ballett	Kinder ab 4 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
11:15 Uhr	12:15 Uhr	Ballett	Kinder ab 7 Jahre	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
12:15 Uhr	13:15 Uhr	Ballett	Jugendl.u.Erwachsene	Nitsch	Gebr.-Bund-Halle
14:00 Uhr	15:15 Uhr	Yoga mit Nathalie	Damen und Herren	Groenewegen	Gebr.-Bund-Halle