

# TSV 1883 Allersberg e.V.

## Alle Sportangebote auf einen Blick



|          |             |                                                |                                       |                       |                                                |
|----------|-------------|------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------|------------------------------------------------|
| Montag   | 08.00-09.30 | Wirbelsäulengymnastik 1                        | Kurs1 - Platzvergabe nur nach Anfrage | Erw.                  | Ingrid Olschina                                |
|          | 09.00-10.00 | Fit ab 60                                      |                                       | Erw.                  | Gerlinde Löw                                   |
|          | 09.30-11.00 | Wirbelsäulengymnastik 2                        | Kurs2 - Platzvergabe nur nach Anfrage | Erw.                  | Ingrid Olschina                                |
|          | 17.00-19.30 | TGW/KGW Leistungsturnen                        |                                       | 5-15 Jahre            | Conny Nardini, Sandra Klefoth                  |
|          | 17.00-18.00 | Taekwondo Minilöwen                            |                                       | 4-6 Jahre             | Manuel Bauer & Team                            |
|          | 17.40-18.40 | Power Pump                                     |                                       | Erw.                  | Michael Kreuzer                                |
|          | 18.00-19.30 | Taekwondo Kinder                               |                                       | ab 7 Jahren           | Manuel Bauer & Team                            |
|          | 18.45-19.45 | XCO-Gruppenfitness                             |                                       | Erw.                  | Martina Richter, Petra Schüleln                |
|          | 18.45-19.45 | Drill Dich Fit                                 |                                       | Jug. u. Erw.          | Michael Kreuzer                                |
|          | 19.00-20.30 | Wirbelsäulengymnastik 3                        | Kurs3 - Platzvergabe nur nach Anfrage | Erw.                  | Ingrid Olschina                                |
|          | 19.30-21.00 | Taekwondo                                      |                                       | Jug. u. Erw.          | Manuel Bauer & Team                            |
|          | 20.00-21.00 | Body-Workout                                   |                                       | Jug.-u. Erw.          | Hanna Böckeler, Laura Mederer                  |
|          | 20.00-22.00 | Basketball                                     |                                       | Jug. u. Erw.          | Christian Haßler                               |
| Dienstag | 09.00-10.00 | Eltern-Kind-Turnen am Vormittag                |                                       | Erw. u. Kind 1,5-3 J. | Susanna Schwanenhorst, Christina Fiegl         |
|          | 09.00-10.00 | XCO-Walking (ab TSV-Rothseehalle)              |                                       | Erw.                  | Werner Albert                                  |
|          | 16.00-17.00 | Mädchenturnen                                  |                                       | 8-14 Jahre            | Alexandra Strobel & Team                       |
|          | 18.00-19.00 | Drums Alive                                    |                                       | Erw.                  | Ingrid Olschina                                |
|          | 18.00-19.00 | Fit durch den Winter <span>Nov.-März</span>    | Nov.-März                             | Erw.+Jug.             | Jana Lehner & Team                             |
|          | 18.00-19.30 | MI BO CO Yoga                                  | Kurs- Platzvergabe nur nach Anfrage   | Erw.                  | Tajana Hagenrainer                             |
|          | 18.30-19.30 | Frauenlauffreft (Mittelschule)                 | Apr.-Okt. (Nov.-März nach Absprache)  | Erw.+Jug.             | Jana Lehner, Petra Sperber                     |
|          | 19.00-20.00 | Badminton                                      |                                       | Jug. u. Erw.          | Harald Meyer, Willi Engelmann, Larissa Zeidler |
|          | 20.00-21.00 | Zumba <span>Neuer Kurs ab 11. März. 25'</span> | Kurs- Platzvergabe nur nach Anfrage   | Jug. u. Erw.          | Alexander Schwendner                           |
|          | 19.15-20.15 | Power-Cycling <span>Nov.-März</span>           | Kurs- Platzvergabe nur nach Anfrage   | Erw.                  | Christian Kochsmeier                           |
|          | 20.00-22.00 | Badminton                                      |                                       | Erw.                  | Harald Meyer, Willi Engelmann, Larissa Zeidler |
|          | 08.00-09.00 | Osteoporose Reha-Sport                         | Rehasport                             | Erw.                  | Ingrid Olschina                                |
|          | 15.30-16.45 | Bewegungsbaustelle                             |                                       | Erw. u. Kind 2-5 J.   | Monika Ouido, Tamara, Jacqueline               |
|          | 17.00-19.30 | TGW/KGW Leistungsturnen                        |                                       | 5-8 Jahre             | Conny Nardini, Claudia Bahl, Elke Gruber       |

|            |             |                           |                                        |                                        |                                                                                   |                      |
|------------|-------------|---------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Mittwoch   | 17.40-18.40 | Drill Dich Fit            |                                        | Jug. u. Erw.                           | Michael Kreuzer                                                                   |                      |
|            | 18.00-19.30 | Taekwondo Kinder          |                                        | ab 7 Jahren                            | Manuel Bauer & Team                                                               |                      |
|            | 18.00-19.00 | Lauftreff am Brünnerle    |                                        | Erw.                                   | Robert Schneider                                                                  |                      |
|            | 18.30-19.30 | Aktiv und Vital           |                                        | Erw.                                   | Ingrid Olschina                                                                   |                      |
|            | 18.45-19.45 | Drill Dich Fit            |                                        | Jug. u. Erw.                           | Michael Kreuzer                                                                   |                      |
|            | 19.15-20.15 | Power-Cycling             | Nov.-März                              | Kurs- Platzvergabe<br>nur nach Anfrage | Erw.                                                                              | Christian Kochsmeier |
|            | 19.30-21.00 | Taekwondo                 |                                        | Jug. u. Erw.                           | Manuel Bauer & Team                                                               |                      |
|            | 20.00-22.00 | Faustball                 |                                        | Erw.                                   | Andreas Gerngroß                                                                  |                      |
| Donnerstag | 09.00-10.00 | BBP-Ganzkörperworkout     |                                        | Erw.                                   | Jana Lehner                                                                       |                      |
|            | 15.45-16.45 | Eltern-Kind-Turnen        |                                        | Erw. u. Kind 3-6 J.                    | Nadine Landauer, Katharina Ziegler,<br>Jana Regenfuss, Kristin Peetz, Jana Lehner |                      |
|            | 17.00-18.00 | Kinder-Leichtathletik     |                                        | 8-12 Jahre                             | Nina Regnet, Laura Mederer                                                        |                      |
|            | 17.45-19.30 | Badminton                 |                                        | 6-12 Jahre                             | Harald Meyer,Willi Engelmann, Larissa Zeidler                                     |                      |
|            | 19.00-20.00 | MaxxF                     |                                        | Jug./Erw.                              | Bernd u. Kerstin Jonas                                                            |                      |
|            | 19.30-22.00 | Badminton                 |                                        | Jug. u. Erw.                           | Harald Meyer,Willi Engelmann, Larissa Zeidler                                     |                      |
|            | 18.00-22.00 | Damensauna                | Saunabänder im TSV-Büro<br>erhältlich  | Erw.                                   |                                                                                   |                      |
| Freitag    | 08.15-09.15 | Classic-Cycling           | Kurs- Platzvergabe<br>nur nach Anfrage | Erw.                                   | Martina Richter, Petra Schülein                                                   |                      |
|            | 13.00-16.00 | Teppich-Curling           |                                        | Erw.                                   | Werner Olschina                                                                   |                      |
|            | 15.00-15.45 | Kinderturnen              |                                        | Kinder 4-5 Jahre                       | Alexandra Strobel & Team                                                          |                      |
|            | 16.00-16.45 | Kinderturnen              |                                        | Kinder 6-7 Jahre                       | Alexandra Strobel & Team                                                          |                      |
|            | 17.30-18.30 | Basketball für Kids       | Neu ab 24. Jan. 25'                    | 8-12 Jahre                             | Benedict Rittner                                                                  |                      |
|            | 18.00-22.00 | Sauna gemischt            | Saunabänder im TSV-Büro<br>erhältlich  | Erw.                                   |                                                                                   |                      |
| Sonntag    | 09.00 Uhr   | Lauftreff am Brünnerle    |                                        | Jug. u. Erw.                           | Robert Schneider                                                                  |                      |
|            | 09.00-10.00 | Kurs f. Mamas             | Neuer Kurs ab 02. März 25'             | Kurs- Platzvergabe<br>nur nach Anfrage | Erw.                                                                              | Rebecca Weber        |
|            | 10.00-12.00 | Badminton Techniktraining |                                        | Jug. u. Erw.                           | Harald Meyer, Larissa Zeidler                                                     |                      |
|            | 14.00-17.30 | Wrestling                 |                                        | ab 16 Jahren                           | Norman Muth                                                                       |                      |
| Mo.-So.    | 07.00-22.00 | Kraftraumnutzung          | Chip im TSV-Büro<br>erhältlich         | Jug. u. Erw.                           | Johannes Freyer                                                                   |                      |

Stand Februar 2025 / A. Strobel / J. Lehner