






















Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
 <u>Eltern-Kind-Turnen I</u> 10:00 - 11:00 Uhr ÜL: Judith Viviani (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Funktionsgymnastik</u> 10:00 - 11:00 Uhr ÜL: Bärbel Federlein (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle		<u>Bauch-Beine-Po</u>  8:30 - 9:30 Uhr ÜL: Marlene Vois (2. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	
	<u>Wassergymnastik</u> 10:00 - 10:30 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: Waldschwimmbad	<u>Gymnastik Frauen</u> 9:30 - 10:30 Uhr ÜL: Hildegard Reitz (Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Bauch-Beine-Po</u>  9:30 - 10:30 Uhr ÜL: Marlene Vois (2. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	
 <u>Kleinkinderturnen I</u> 3 u. 4 Jahre 15:00 - 16:00 Uhr ÜL: Judith Viviani (1. Lizenz), Tanja Ludwig (1. Lizenz), Lena Viviani, Lea Federlein Ort: Vereinsturnhalle	<u>Aqua-Aerobic</u> 10:15 - 11:00 Uhr ÜL: Karin Faust Ort: Waldschwimmbad ab 26.10.10	 <u>Tae-kwon-do</u> 3-6 Jahre 15:00 - 16:00 Uhr ÜL: Aynur Michel (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle ab 11.01.2012		<u>Eltern-Kind-Turnen II</u> 15:00 - 16:00 Uhr ÜL: Tanja Ludwig (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle
 <u>Kleinkinderturnen II</u> 3 u. 4 Jahre 16:00 - 17:00 Uhr ÜL: Judith Viviani (1. Lizenz), Tanja Ludwig (1. Lizenz), Tim Vois, Lea Federlein	 <u>Kinderturnen 5 - 6 Jahre</u> 16:00 - 17:00 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport), Charlotte Mühge (GH), Sofia Weißer (GH) Ort: Vereinsturnhalle	 <u>Tanzen für Kinder 6-9 Jahre</u> 15:00 - 16:00 Uhr ÜL: Alexa Stendke, Madleine Tragbar Ort: alte Schulturnhalle (GHS)	<u>Wirbelsäulengymnastik</u>  10:45 - 11:45 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: Vereinsturnhalle	—
 <u>Tae-kwon-do</u> 3-6 Jahre 16:00 - 17:00 Uhr ÜL: Aynur Michel (1. Lizenz) Ort: neue Schulturnhalle (GHS) ab 11.01.2012	<u>Hip-Hop Dance</u> 10-13 Jahre 17:00 - 18:00 Uhr ÜL: Michelle Schmitt Ort: Neue Schulturnhalle (GHS)	 <u>Kinderleichtathletik macht Spaß 7-10 Jahre</u> 16:30- 18:00 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: alte Schulturnhalle (GHS)	 <u>Kinderturnen</u> 5 u. 6 Jahre 15:00 - 16:00 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport), Marco Trautwein (GH) Ort: Vereinsturnhalle	 <u>Leistungsturngruppe weibl.</u> 16:00 - 18:30 Uhr ÜL: Annika Schultheis(1.Lizenz), Diana Niendorf(GH), Katharina Faust (GH) Ort: Vereinsturnhalle
<u>Mädchenturnen</u> 9-16 Jahre 16:30 - 18:00 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport), Lena Kern (1. Lizenz), Franziska Racky (GH) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Hip-Hop Dance</u> ab 14 Jahre 18:00 - 19:00 Uhr ÜL: Michelle Schmitt Ort: Neue Schulturnhalle (GHS)	 <u>Kindertanz 4-6 Jahre</u> 17:00 - 17:45 Uhr ÜL: Andrea Klunk Ort: Vereinsheim nur mit Anmeldung	 <u>Mädchenturnen</u> 6-10 Jahre 16:00 - 17:30 Uhr ÜL: Valerie Schöpke (GH), Tonia Kositz (GH) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Step-Aerobic</u> 18:00 - 19:30 ÜL: Silke Pietsch (1.Lizenz) Ort: Neue Schulturnhalle GHS
 <u>Tischtennis</u> <u>Schüler/Jugend</u> 17:30 - 19:15 Uhr ÜL: Markus Korfmann Ort: neue Schulturnhalle GHS	<u>Leistungsturngruppe weibl.</u> 17:00 - 19:00 Uhr ÜL: Annika Schultheis (1. Lizenz), Anja Blessing (1. Lizenz), Katharina Faust (GH) Ort: Vereinsturnhalle		<u>Mädchenturnen 9-16 Jahre</u> 17:00 - 18:30 Uhr ÜL: Sarah Hense(MA Sport), Valerie Schöpke (GH) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Tischtennis/Spiele</u> <u>Erwachsene</u> 19:30 - 22:00 Uhr Ort: Vereinsturnhalle
 <u>Selbstverteidigung</u> ab 6 Jahre 18:00 - 19:00 Uhr ÜL: Thomas Wiedemann Ort: Neue Schulturnhalle GHS	 <u>Mädchenturnen (Fortg.) ab 5 Jahre in Absprache 4 Jahr</u> 17:30 - 19:30 Uhr ÜL: Nadine Blessing (1.Lizenz), Sara Khatti (GH) Ort: Vereinsturnhalle	 <u>Leistungsturngruppe weibl.</u> 17:00 - 19:00 Uhr ÜL: Annika Schultheis (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle		<u>Budenheimer Laufftreff nach Absprache</u> ÜL: Klaus Kern Treffpunkt: Vereinsturnhalle

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Samstag
		<u>Kraft und Fitness für Jugendliche ab 10 Jahre</u> 17:00 - 19:00 Uhr ÜL: Monika Schlau (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	😊 <u>Jungenturnen (Fortg.) ab 4 Jahre</u> 17:30 - 19:30 Uhr ÜL: Marc Schultheis (1. Lizenz), Bodo Schürmann (1.Lizenz), Akram Khatti (GH) Ort: Neue Schulturnhalle GHS	😊 <u>Tischtennis Schüler/Jugend 10:00 - 12:00 Uhr</u> ÜL: Barbara Scherrer Ort: Vereinsturnhalle
😊 <u>Jungenturnen (Fortg.) ab 4 Jahren Zusatztraining (freiw.)</u> 18:00 - 19:30 Uhr ÜL: Marc Schultheis (1. Lizenz), Bodo Schürmann (1. Lizenz), Klaus Wersin, Mario Federlein (GH) Ort: Neue Schulturnhalle GHS	<u>Badminton /Freizeitsport</u> 19:00 - 21:00 Uhr ÜL: Jürgen Schmitt (1. Lizenz), Gabi Hofsommer Ort: neue Schulturnhalle GHS	<u>Pilates Fortgeschrittene</u> 18:00 - 19:00 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: alte Schulturnhalle GHS	😊 <u>Tischtennis Schüler/Jugend</u> 17:30 - 19:30 Uhr ÜL: Christian Berg Ort: neue Schulturnhalle GHS	<u>Tischtennis - Spiele Schüler/Jugend</u> 14:30 - 16:30 Uhr Ort: Vereinsturnhalle
<u>Bauch intensiv</u> 18:00 - 18:30 Uhr ÜL: Silke Pietsch (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle			<u>Mädchenturnen (Fortg.) ab 5 Jahre</u> 17:30 - 19:30 Uhr ÜL: Nadine Blessing (1.Lizenz), Sara Khatti (GH) Ort: neue Schulturnhalle GHS	<u>Orientierungslauf Nach Absprache</u> ÜL: Klaus Wersin Treffpunkt: Vereinsturnhalle
<u>Body-Style</u> 18:30 - 19:30 Uhr ÜL: Silke Pietsch (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Gymnastik Männer</u> 19:30 - 20:30 Uhr ÜL: Bärbel Federlein (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Freizeitgruppe Ballsportarten</u> 19:00 - 21:00 Uhr ÜL: Silke Lichtenberg Ort: alte Schulturnhalle GHS	<u>Nordic-Walking</u> 18:00 - 19:00 Uhr ÜL: Ingeborg Klüber (1.Lizenz), Annette Funk (1. Lizenz) Ort: Parkplatz Friedhof	<u>Budenheimer Lauftreff nach Absprache</u> ÜL: Klaus Kern Treffpunkt: Vereinsturnhalle
<u>Pilates Fortgeschrittene</u> 18:30 - 19:30 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: Vereinsheim		<u>Gymnastik Frauen</u> 19:15 - 20:15 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Rücken in Form</u> 18:30 - 19:30 Uhr ÜL: Sarah Hense (MA Sport) Ort: Vereinsturnhalle	<u>Freizeitgruppr Hallenfußball</u> 16:00 - 20:00 Uhr Ort: neue Schulturnhalle GHS
	<u>Budenheimer-Lauftreff</u> 19:30 - 20.30 Uhr ÜL: Klaus Kern Treffpunkt: Vereinsturnhalle			<u>Offenes Geräteturnen weibl. und männl. nach Absprache</u> ÜL: Katharina Faust, Marc Schultheis (1. Lizenz) Ort: Vereinsturnhalle
<u>Tischtennis Erwachsene</u> 19:30 - 22:00 Uhr Ort: Vereinsturnhalle	<u>Indiaca</u> 20:30 - 22:00 Uhr Ort: Vereinsturnhalle		<u>Tischtennis Erwachsene</u> 19:30 - 22:00 Uhr Ort: Vereinsturnhalle	<u>Budenheimer Lauftreff nach Absprache</u> ÜL: Klaus Kern Treffpunkt: Vereinsturnhalle

😊 : Unser Tipp für Kinder

 : DTB Auszeichnung: "Pluspunkt Gesundheit"

 : DTB Auszeichnung: "Sport Pro Gesundheit"

Information:

MA Sportwissenschaftl. Sarah Hense
Tel.: 06139-8788
eMail: sarah.hense@tgm-budenheim.de

Turngemeinde 1886 Budenheim e.V. (Geschäftsstelle)

Binger Straße 52
Mi. von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Fr. von 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Tel.: 06139-8788
info@tgm-budenheim.de
www.tgm-budenheim.de

Lizenz: Übungsleiterausbildung
GH: Übungsleiterassistent

Gültig ab
28.01.2012