

Trainingsplan Winter 2011/2012

Turnerschaft Geisenheim



Leichtathletik

13-19 Jahre gemischte Gruppe	Mo 18.00-19.00 Uhr Fr 18.00-19.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	I. Jung, K. Pendelin,
10-12 Jahre gemischte Gruppe	Mo 18.00-19.00 Uhr Fr 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	B. Pendelin, A. & P. Derstroff
7-9 Jahre gemischte Gruppe	Fr 18.00-19.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	A. & P. Derstroff, B. Pendelin
5-6 Jahre gemischte Gruppe	Fr 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	A. & P. Derstroff
Aktive gemischte Gruppe	Fr 19.30-22.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	G. Pribul
Leistungsgruppe Lauf gemischte Gruppe	Di 19.00-20.30 Uhr Do 19.00-20.30 Uhr So 10.00-12.00 Uhr	Kellersgrube	A. Schlepper



Turnen

7-10 Jahre Mädchen	Mo 16.30-18.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	N. Bachus, M. Klinger
11-15 Jahre Mädchen	Mo 18.00-20.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	D. Becker, J. Glock
4-6 Jahre gemischte Gruppe	Di 16.30-17.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	C. Eisenhuth, L. Schädel
7-11 Jahre Jungen	Fr 16.30-17.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	D. Kilian, P. Born



Laufftreff und Walking

Laufftreff gemischte Gruppe	Di 18.00-19.00 Uhr Sa 15.00-16.00 Uhr	Kellersgrube Tennisplatz	P. Rustler, W. Rustler
Walking-Gruppe gemischte Gruppe	Di 18.00-19.00 Uhr Sa 15.00-16.00 Uhr	Kellersgrube Tennisplatz	P. Rustler, W. Rustler



Gymnastik

Senioren ab 40 J. gemischte Gruppe	Mo 19.00-20.00 Uhr	Kellersgrube	H. Wunsch
Gymnastik Frauen	Mo 20.00-21.30 Uhr	Kellersgrube	M. Frankenberger
Gymnastik Frauen	Mi 19.30-21.30 Uhr	Turnhalle Grundschule	G. Oswald
Fit-Gym, ab 14 J. gemischte Gruppe	Di 18.00-19.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	F. Ubrach



Reha-Sport

Herzsportgruppe gemischte Gruppe	Di 19.00-21.00 Uhr	Turnhalle St-Ursula	M. Vogel, B. Lorbeer, F. Urbach
Schlaganfallgruppe gemischte Gruppe	Fr 15.30-16.30 Uhr	Turnhalle Gymnasium	S. Schlausch, A. Druselmann



Jazz-Dance

ab 10 Jahre „Kichererbsen“ Mädchen	Do 16.30-17.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	K. Jumeau
ab 14 Jahre „Zanesenost“ Mädchen	Do 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Grundschule	K. Jumeau



Badminton

Anfänger & Fortgeschrittene gemischte Gruppe	Di 20.00-22.00 Uhr Do 20.00-22.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	R. Kettner, D. Keller, G. Kranz
--	--	------------------------	---------------------------------------



Basketball

Training ab 14 J. gemischte Gruppe	Mo 19.30-22.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	M. Söhn
---------------------------------------	--------------------	------------------------	---------



Trampolin

Kinder 5-6 Jahre gemischte Gruppe	Di 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	H. Wünsch
Kinder ab 7 Jahre gemischte Gruppe	Di 18.00-19.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	H. Wünsch



Kooperation St. Vincenz

Psychomotorik Spielen ohne Regeln	Do 16.00-17.00 Uhr	Therapiezentrum Vincenzstift	D. Becker
Leichtathletik für Gehandicapte Kinder und Jugendliche	Do 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Vincenzstift Aulhausen	M. Orth



Turnermäuse

Kinder 1-3 Jahre gemischte Gruppe	Di 17.00-18.00 Uhr	Turnhalle Gymnasium	A. Wünsch, V. Müller
--------------------------------------	--------------------	------------------------	-------------------------