

WAS * WO * WANN

Übungsstundenübersicht

Januar 2024



www.turnerbund-neckarsteinach.de

Vierburgenhalle, Karl-Schmitt-Straße 19	Tel.: 7805	VB
Stangenberghalle, Am Stangenberg 15	Tel.: 2437	Stbg
Martin-Luther-Haus, Kirchenstraße 28		MLH

Kontakt bei generellen Fragen/Anmerkungen zur TB04 Turnabteilung



Beate Rolke
Abteilungsleiterin TB04 Turnabteilung
Tel. 06229 / 2000
Mail: turnen@turnerbund-neckarsteinach.de

Kinder und Jugendliche

(Nach Alter)

PAMPERSROCKER

Eltern und Kind / Krabbelalter bis 4 Jahre	Dienstag	16.30 – 17.30	Stbg
Kontakt:	Jennifer Montalban	Tel.: 0176 64937485	
	Nathalie Schmitt	Tel.: 0151 55774498	

TURNKRÜMEL

Kleinkinder 2 bis 4 Jahre	Donnerstag	15.30 - 16.30	Stbg
Kontakt:	Maren Koch	Tel.: 0174 8918 438	

TURNFLÖHE

Kindergartenkinder ohne Eltern	Mittwoch	16.00 - 16.45 & 16.45 - 17.30	Stbg
Kontakt:	Maren Koch	Tel.: 0174 8918 438	
	Daniela Albert	Tel.: 06272 9229 046	

KINDER IN BEWEGUNG

Kindergartenkinder 3-6 Jahr mit Begleitperson	Montag	16.00 - 17.00	Stbg
Kontakt:	Yvonne Wüst	Tel.: 0170 1009 555	

TURNKIDS

Mädchen und Jungen im Grundschulalter
Freitag 17.15 - 18.15 Stbg
Kontakt: Maike Schmitt Tel.: 0157 3839 8889

SPORTSTROLCHE

Grundschule 1. bis 4. Klasse
Donnerstag 16.00 - 17.00 Stbg
Kontakt: Daniela Albert Tel.: 06272 9229 046
Manuela Möhrle Tel.: 4229 410 oder draußen

TURNTEENS

Teenager 5. - 8. Klasse
Freitag 16.00 - 17.00 Stbg
Kontakt: Anna Streit Tel.: 0151 1040 4877

Tanz und Vorführung

Tanz-Mäuschen

Mädchen 1. bis 4. Klasse / Absprache
Mittwoch 15.00 – 16.00 Stbg
Kontakt: Bettina Heinze Tel.: 2287 Gymnastikr.

Tanz-Teens

Mädchen 5. bis 7. Klasse
Mittwoch 16.00 – 17.00 Stbg
Kontakt: Bettina Heinze Tel.: 2287 Gymnastikr.

DANCE 4 FUN

Line Dance für Erwachsene
Dienstag 19.00 – 20.00 Stangen-
Kontakt: Manfred Klaszus Tel.: 01520 4147638 berghalle

Gymnastik/Fitness für Erwachsene

(Nach Wochentag)

Fit in die Woche mit den Montagsdamen

Gymnastik für Frauen ab 60 Jahre
Montag 19.00 – 20.15 Stbg
Kontakt: Annemarie Bruder Tel.: 471

INTENSIVTÄTER – Functional Training - in der Stangenberghalle & Online

Cardio/Tabata/HIIT
für Jugendliche und Erwachsene
Dienstag 18.00 – 19.00 Stbg
Kontakt: Christian Merz E-Mail: merz_christian@t-online.de

FIT IM ALTER

Seniorengymnastik - 70 Jahre (m/w/d)
Mittwoch 10.00 – 11.00 Stbg
Kontakt: Annemarie Bruder Tel.: 471

MITTFITS

Ausdauertraining für Frauen jeden Alters – Step-Aerobic, Bauch -Beine-Po

Mittwoch 19.00 – 20.15 Stbg
Kontakt: Beate Rolke Tel.: 2000

Fit ´n Fun

Sport und Spiel - für junge und jung gebliebene Erwachsene

Mittwoch 20.15 – 22.00 Stbg
Kontakt: Manuela Möhrle Tel.: 4229 410

KRAFIT

Kraft-/Fitness und Basketball

Für Männer bis 55 Jahre

Donnerstag 19.00 – 20.15 Stbg
Kontakt: Andreas Rolke Tel.: 2000
Felix Zellner Tel.: 9338069

SIX PACK FACTORY – in der Stangenberghalle & Online

“Die Waschbrettbohrer”

Freitag 18.00 – 18.40 Stbg
Kontakt: Christian Merz E-Mail: merz_christian@t-online.de

FIT AM FREITAG

Ausdauer гимнастик für Frauen jeden Alters

Freitag 19.45 – 20.45 Stbg

Kontakt: Karina Fath Tel.: 930827

PILATES

Alter der Teilnehmer nicht begrenzt

Samstag 09.30 – 10.30 Stbg
Kontakt: Barbara Seibert E-Mail: barbara.seibert@gmx.de

LAUFTREFF / WALKING / NORDIC WALKING

Sommerzeit Walking/Nordic Walking

Dienstag 17.00 – Bachwegparkplatz

Winterzeit Walking/Nordic Walking

Dienstag 15.30 – Treppe am Schwanengässl

Kontakt: Roselore Vollmer Tel.: 7530

Sommerzeit Joggen

Samstag 17.00 – Bachwegparkplatz

Winterzeit Joggen

Samstag 15.00 – Bachwegparkplatz

Kontakt: Walter Kretschmer Tel.: 930665
Martin Walter

WAS * WO * WANN - Januar 2024