

Der Übungsplan - 2018

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Seniorenport

Sitzgymnastik u Sen.gruppe1 15.45-16.45
Seniorenport/Gruppe.2 17.00-18.15
Turnhalle

Badminton

18.30 - 20.00 Uhr Jugend +
20.00 - 21.45 Uhr Erwachsene

Ganzkörperkräftigung Bewegungen statt Schonen

19.45 - 21.00 Uhr PRÄV.
Turnhalle

Kurs

Ganzkörperkräftigung Bewegungen statt Schonen

21.00 - 22.00 Uhr REHA
Turnhalle

Kurs

Gymnastik Gesund und Fit

19.30 - 21.00 Uhr PRÄV.
Gymnastikraum Hobeuken

Kurs

Gesund und Fit im Wasser

14.00 - 14.45 Uhr Offener Kurs
14.45 - 15:30 Uhr REHA
Lehrschwimmbcken Haßlingh.

Kurs

Sportabzeichen für Jedermann

Beginn Training 23.April - Ende 24.Sep. 2018
Training und Abnahme 17.30 - 19.00 Uhr
Sportplatz Haßlinghausen

Aktiv 50 +

18.30 - 19.30 Uhr
Turnhalle

Volleyball - Mixed

Fortgeschrittene 18.30 - 20.00 Uhr
Anfänger 20.00 - 22.00 Uhr
KreisSporthalle

Laufftreff für Jedermann

19.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Sporthalle Haßlinghausen

Walking + Nordic-Walking Treff

Beginn 18.00 Uhr
Treffpunkt: Turnhalle Haßlinghausen

aktuelle Kurs-Termine

entnehmen Sie bitte
unserer Homepage

[TVH-Homepage tvh-1862.de](http://TVH-Homepage.tvh-1862.de)

Basketball Hot Shots

U 14 18.30 - 20.00
Senioren 20.00 - 22.00
KreisSporthalle

Gesund und Fit im Wasser

Gruppe 1 19.15 - 20.00 Uhr
Gruppe 2 REHA 20.00 - 20.45 Uhr
Lehrschwimmbcken Haßlingh.

Kurs

Sport für Männer & Frauen

20.00 - 21.45 Uhr
Ballspiele für Frauen und Männer
Turnhalle

Walking+Nordicwalking Treff

morgens 9.30 - 11.00 Uhr
abends 20.00 - 21.30 Uhr
Treffpunkt: Turnhalle Haßlinghausen

Kinder - Turnen

Eltern & Kind-Turnen 15.30 - 16.30 Uhr
Kinder 1 bis 2 Jahre mit Eltern
Turnzwerge 3-5 Jahre o. Eltern 16.30 - 17.30 Uhr
Kinder-Turnen 17.30 - 18.30 Uhr
ab 6 Jahre ohne Eltern
Turnhalle

Leichtathletik

Schüler / Jugend - ab 5 Jahre
5-9J:16.30-18.00Uhr,Schüler 10-18J:17.30-19.15
Sporthalle (Okt. - Mitte März)
Sportplatz Haßlinghsn. (Mitte März - Sept.)

Ganzkörperkräftigung sanft und effektiv

18.15 - 19.15 Uhr PRÄV.

Kurs

Gymnastikraum Hobeuken

Walking + Nordic-Walking Treff

morgens 9.30 - 11.00 Uhr
abends 20.00 - 21.30 Uhr
Treffpunkt: Turnhalle Haßlinghausen

Kindertanz

1. Tanzmäuse 2-4 J., 15.30-16.15 Uhr
2. Dance Kids ab 5 J. 16.15-17.15 Uhr
Gymnastikraum Hobeuken

Hata-Yoga

für Einsteiger, offener Kurs
19.00 - 20.30 Uhr
Gymnastikraum Hobeuken

Information im Jugendheim des Turnverein Hasslinghausen

Montag 17-19.00 Uhr Tel. 02339-6688

Geschwister-Scholl-Str. 12
links neben der Sporthalle

www.tvh-1862.de / info@tvh-1862.de

Basketball Hot Shots

Senioren
20.00 - 22.00 Uhr
Kreissporthalle

Boule Team

10.00 - 11.30
Ganzjährig
Sportplatz Haßlinghausen

Laufftreff für Jedermann

19.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Sporthalle Haßlinghausen

Sport für Menschen mit geistiger Behinderung

17.00 - 18.30 Uhr
KreisSporthalle

Trampolin

Jungen & Mädchen - ab 6 Jahre
18.00 - 19.30 Uhr
Sporthalle Haßlinghausen

Mobile Kids

Schüler/innen - ab 6 Jahre
18.00 - 19.30 Uhr
Sporthalle Haßlinghausen

Männer Sport

19.30 - 22.00 Uhr
Sporthalle Haßlinghausen

Badminton Erwachsene

19.30 - 21.30 Uhr
Kreissporthalle Feld 3

Sonntag

Mountainbike

Termine: www.tvh-1862.de/mtb.html
Treffp.: Sporthalle Haßlinghsn., 10.00 Uhr

Radfahren

für das Sportabzeichen
1.Termin 13.05.2018 2.Termin 16.09.2018
Parkplatz Radweg Beermannshaus