

Sportangebote beim Turnerbund Uphusen

Beginn	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag	Beginn	
	Arenkamp- halle*	Grundschul- halle	Vereinsheim/ Outdoor	Arenkamp- halle*	Grundschul- halle	Vereinsheim/ Outdoor	Arenkamp- halle*	Grundschul- halle	Vereinsheim/ Outdoor	Arenkamp- halle*	Grundschul- halle	Vereinsheim/ Outdoor	Arenkamp- halle*	Grundschul- halle	Vereinsheim/ Outdoor	Grundschul- halle		
10:00																	10:00	
	10:15-11:15 Eltern-Kind- Turnen mit Heide																	11:00
11:00																		12:00
12:00																		13:00
13:00																		14:00
14:00				14:00-15:00 Frauen- gymnastik I mit Karin		14:00-17:00 Boule											14:00-18:00 Tischtennis offenes Training	14:00
15:00		15:00-16:00 Kinderturnen 5+6 Jahre mit Heide	15:00-16:30 Yoga I mit Silvia		15:00-16:30 Kinder- Ju-Jutsu/ Selbst- behauptung mit Brigitte			15:00-16:00 Eltern-Kind- Turnen mit Heide	15:00-18:00 Band "Atlantis"		14:45-15:45 Handball Mini-Maxi mit Antje						15:00	
16:00		16:00-17:00 Kinderturnen 3+4 Jahre mit Heide	16:30-18:00 Yoga II mit Silvia	15:30-16:30 Ball sport 3-4 Jahre mit Annika			16:00-17:00 Mixed-Turnen 1.+2. Klasse mit Nele				15:45-16:45 Handball Mixed E mit Antje	15:30-16:30 Kindertanz 4-6 Jahre mit Annika					16:00	
17:00				16:30-17:30 Ball sport 5-6 Jahre mit Annika			17:00-18:00 Mixed-Turnen ab 3. Klasse mit Nele					16:30-17:30 Kindertanz 6-9 Jahre mit Annika					17:00	
18:00			18:00-19:00 Fit&Fun	17:30-19:30 Handball weibl. C mit Helmut						18:00-20:00 Floorball Training mit Sascha		17:30-18:30 Tanzen Teens ab 10 Jahre mit Vivian	18:00-19:00 Step Aerobic 1 mit Traute				18:00	
19:00		18:30-19:30 Pilates mit Maggy	Outdoor Training mit Katharina	18:30-20:00 Handball männliche D-Jugend mit Matthias		19:00-21:00 Darts		18:30-19:45 Tischtennis Jugend	18:30-19:30 Sport- abzeichen mit Heide								19:00	
20:00				19:30-20:30 Fitness für Frauen mit Traute								19:00-20:00 Gesundheits- sport mit Christiane	19:00-20:00 Step Aerobic 2 mit Traute				19:00	
20:30	20:30-22:00 Volleyball Mixed			20:15-21:15 ZUMBA mit Andrea und Ralf			20:00-22:00 Handball 1. Damen mit Uwe	19:45-22:00 Tischtennis Erwachsene			20:30-21:30 ZUMBA mit Andrea und Ralf	20:15-21:30 Gesundheits- sport mit Christiane	ab 18:00 Tanzkreise bei Meyer-Bierden			19:30-20:30 Männer- gymnastik mit Erika	Musikzug Übungsabend	20:00
21:00													Tanzschule Anja Gading				21:00	

* Aufgrund der aktuellen Schließung der Arenkaphalle finden diese Angebote in anderen Sportstätten/ zu anderen Zeiten statt. Aktuelle Infos unter www.tb-uphusen.de