

**Gesamtübungsplan der
Turnerschaft 1860 e.V.Großauheim
Winter 2021/2022**

Für die mit ** gekennzeichneten Kurse ist keine Vereinsmitgliedschaft erforderlich

| Tag | Beginn | Ende | Übung | Alter | Ort | Art |
|------------|--------|-------|------------------------------------|-------------------|----------------------------|----------------|
| Montag | 16:00 | 17:00 | Turnen für Jungen und Mädchen | 4 - 5 J. | August-Gaul-Schule | Turnen |
| Montag | 17:00 | 18:00 | Turnen für Jungen und Mädchen | ab 6 J. | August-Gaul-Schule | Turnen |
| Montag | 16:30 | 18:00 | Leistungsturnen Anfänger w | 5 - 8 J. | Rochushalle/Groß | Turnen |
| Montag | 17:00 | 19:30 | Leistungsturnen Fortgeschrittene w | ab 8 Jahren | August-Schärtner-Halle | Turnen |
| Montag | 17:00 | 18:30 | Kinderkarate | 8 - 14 J. | Elisabeth-Schmitz-Schule | Karate |
| Montag | 18:20 | 19:05 | Vitaler Rücken** | Erw. | Rochushalle/Klein | Kurs |
| Montag | 19:00 | 20:30 | Hobbygruppe/Erwachsene | Erw. Ü21 | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Montag | 19:15 | 20:00 | Bauch Beine Po ** | Erw. | Rochushalle/Klein+ Online | Kurs |
| Dienstag | 16:30 | 18:00 | Handball m | 11 - 12 J. D-Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Dienstag | 17:00 | 18:30 | Handball m/w | 7 - 8 J. F-Jgd. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Dienstag | 09:00 | 09:45 | Fitness am Morgen | Erw. | Rochushalle/Groß | Kurs |
| Dienstag | 18:15 | 19:00 | Bodystyling meets Intervall-Fun ** | Erw. | Online | Kurs |
| Dienstag | 18:00 | 19:30 | Handball m | 13 - 14 J. C-Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Dienstag | 18:00 | 19:30 | Handball w | 13 - 14 J. C-Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Dienstag | 18:30 | 20:00 | Handball m | 17 - 18 J. A-Jgd. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Dienstag | 18:30 | 20:00 | Handball m | 15 - 16 J. B-Jgd. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Dienstag | 18:30 | 19:30 | Fit und Gesund für jedes Alter | Erw. | Rochushalle/Groß | Turnen |
| Dienstag | 18:30 | 21:00 | Handball Damen I+II | ab 19 J. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Dienstag | 20:00 | 21:30 | Karate / Fortgeschrittene | Erw. | Rochushalle | Karate |
| Dienstag | 20:00 | 22:00 | Handball Männer I+II | ab 19 J. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Mittwoch | 09:15 | 10:00 | Fitnessstraining Generation 60+** | Erw. | Rochushalle/Groß | Kurs |
| Mittwoch | 16:30 | 17:30 | Geräteturnen w | 7 - 10 J. | Rochushalle/Groß | Turnen |
| Mittwoch | 16:30 | 17:30 | Handball Pampers Mini m./w. | 3 - 4 J. | August-Gaul-Schule | Handball |
| Mittwoch | 17:00 | 18:30 | Handball m/w | 9 - 10 J. E-Jgd. | Limesschule | Handball |
| Mittwoch | 16:30 | 17:30 | Tischtennis Anfänger | 4 - 10 J. | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Mittwoch | 17:30 | 19:30 | Leistungsturnen Fortgeschrittene w | ab 8 Jahre | August-Schärtner-Halle | Turnen |
| Mittwoch | 17:30 | 18:30 | Handball Pampers Maxi m./w. | 5 - 6 J. | August-Gaul-Schule | Handball |
| Mittwoch | 10:15 | 11:00 | Fitnessstraining Generation 60+** | Erw. | Rochushalle/Klein | Kurs |
| Mittwoch | 17:45 | 19:15 | Tischtennis Fortgeschritten | 10 - 15 J. | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Mittwoch | 18:30 | 19:45 | Handball m | 13 - 14 J. C-Jgd. | Limesschule | Handball |
| Mittwoch | 18:30 | 19:45 | Handball m | 15 - 16 J. B-Jgd. | Limesschule | Handball |
| Mittwoch | 18:30 | 20:00 | Handball Athletiktraining | alle | Mehrweckhalle | Handball |
| Mittwoch | 18:30 | 20:00 | Kinderkarate | 8 - 14 J. | Elisabeth-Schmitz-Schule | Karate |
| Mittwoch | 19:00 | 19:45 | Vitaler Rücken** | Erw. | Online | Kurs |
| Mittwoch | 19:15 | 20:45 | Tischtennis Mannschaftsspieler | 16 - 21 J | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Mittwoch | 20:00 | 21:30 | Karate | Erw. | Elisabeth-Schmitz-Schule | Karate |
| Mittwoch | 19:00 | 20:00 | Singgruppe | Alle | Rochushalle | Freizeitsport |
| Mittwoch | 20:00 | 22:00 | Indiaca | Erw. | Rochushalle/Groß | Freizeitsport |
| Donnerstag | 09:30 | 10:15 | Vitaler Rücken** | Erw. | Online | Kurs |
| Donnerstag | 11:00 | 12:00 | Dance Fit ** | Erw. | Rochushalle/Groß + Online | Kurs |
| Donnerstag | 15:00 | 15:45 | Tanzen (alle 2 Wochen) | ab 6 Jahren | Rochushalle/klein | Turnen |
| Donnerstag | 16:00 | 17:00 | Eltern-Kind-Sport | 1 - 3 J. | Limesschule | Turnen |
| Donnerstag | 16:30 | 17:30 | Leichtathletik m/w | 6 - 8 J. | August-Gaul-Schule | Leichtathletik |
| Donnerstag | 17:00 | 18:00 | Eltern-Kind-Sport | 3 - 5 J. | Limesschule | Turnen |
| Donnerstag | 17:15 | 19:15 | Hobbygruppe/ Mannschaftsspieler | ab ca. 16 J. | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Donnerstag | 17:30 | 18:30 | Leichtathletik m/w | 8 - 11 J. | August-Gaul-Schule | Leichtathletik |
| Donnerstag | 18:30 | 19:15 | Pilates ** | Erw. | Online | Kurs |
| Donnerstag | 17:00 | 18:30 | Handball m | 9 - 10 J. E-Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Donnerstag | 18:00 | 19:30 | Handball Torwarttraining | alle | Limesschule | Handball |
| Donnerstag | 18:30 | 20:00 | Handball m | 15 -16 J. B- Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Donnerstag | 18:30 | 20:00 | Handball m | 17 - 18 J. A-Jgd. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Donnerstag | 18:30 | 20:00 | Leichtathletik m/w | ab 12 Jahre | August-Gaul-Schule | Leichtathletik |
| Donnerstag | 18:30 | 20:00 | Karate | Jgd. | Rochushalle/Groß | Karate |
| Donnerstag | 19:30 | 20:15 | After-Work-out** | Erw. | Online | Kurs |
| Donnerstag | 19:30 | 21:00 | Skigymnastik/Freizeitsport m/w | Erw. | Eichendorffschule | Freizeitsport |
| Donnerstag | 18:30 | 20:00 | Handball | 13 - 14 J. C-Jgd. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Donnerstag | 20:00 | 22:00 | Handball Männer I | ab 19 J. | Großkrotzenburg Großsphth. | Handball |
| Donnerstag | 20:00 | 22:00 | Handball Männer II+III | ab 19 J. | Elisabeth-Schmitz-Schule | Handball |
| Donnerstag | 20:00 | 22:00 | Handball Damen I+II | ab 19 J. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Freitag | 15:30 | 16:45 | Leistungsturnen Anfänger w | ab 8 Jahre | Rochushalle /groß | Turnen |
| Freitag | 16:30 | 18:00 | Leistungsturnen Fortgeschrittene w | ab 10 Jahre | Rochushalle / groß | Turnen |
| Freitag | 16:30 | 17:30 | Tischtennis Anfänger | 4 -10 J. | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Freitag | 17:45 | 19:15 | Tischtennis Fortgeschritten | 10 - 15 J. | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Freitag | 17:00 | 18:30 | Handball m | 11 - 12 J. D-Jgd. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Freitag | 17:30 | 19:00 | Handball w | 13 - 14 J. C-Jgd. | Limesschule | Handball |
| Freitag | 19:15 | 20:45 | Tischtennis Mannschaftsspieler | 16 - 21 J | Eichendorffschule | Tischtennis |
| Freitag | 18:00 | 00:00 | Modellbau m/w | Erw. | Rochushalle/Groß | Freizeitsport |
| Freitag | 18:30 | 20:00 | Freizeitvolleyball m/w | Erw. | Großsphthalle Lindenau | Freizeitsport |
| Freitag | 19:00 | 19:45 | Kraft-Body-Workout** | Erw. | Rochushalle/Klein + Online | Kurs |
| Freitag | 19:00 | 20:00 | Kobudo(Waffenkampf) | ab 14 J. | Limesschule | Karate |
| Freitag | 20:00 | 22:00 | Handball Männer III | ab 19 J. | Großsphthalle Lindenau | Handball |
| Freitag | 20:00 | 21:30 | Karate Fortgeschrittene | Erw. | Limesschule | Karate |
| Samstag | 08:00 | 17:00 | Modellbau m/w | Erw. | Rochushalle/Groß | Freizeitsport |
| Samstag | 10:00 | 11:00 | Step-Fitness** | Erw. | Rochushalle/klein | Kurs |
| Sonntag | 10:00 | 12:00 | Karate | | Rochushalle/Groß | Karate |
| Sonntag | 19:00 | 20:00 | Line Dance | | Rochushalle/Groß | Freizeitsport |