





















# Trainingsplan Abteilung Turnen



ab Januar 2023

Neue Turnhalle	Turn- und Festhalle	Oberhöfen	(in den Schulferien nach Absprache)	
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Online Pilates-Yoga*</b>  Martina Jeggler, 12881 <b>Online</b> nach Anmeldung 07:15 - 08:00 Uhr	<b>Pilates-Yoga*</b> Martina Jeggler, 12881 <b>Online/Turn- und Festhalle</b> nach Anmeldung 08:30 - 09:45 Uhr	<b>Nordic Walking</b> Heike Hermann, 01520 3437118 Treffpunkt: Turnhalle Birkenhard 08:30 Uhr 	<b>Fitness Gymnastik 60+*</b>  Martina Jeggler, 12881 Turn- und Festhalle nach Anmeldung 09:00 - 10:15 Uhr	 <b>Pilates-Yoga*</b> Martina Jeggler, 12881 Gemeindehaus Oberhöfen nach Anmeldung 08:30 - 09:45
<b>Tanz mit - bleib fit</b> Irmgard Rueß, 13971 neue Turnhalle nach Anmeldung 09:20 - 10:20 Uhr 				
<b>Pilates-Yoga 60+*</b> 13:45 - 15 Uhr Oberhöfen - Martina Jeggler, 12881 <b>Pilates-Yoga*</b> 15:15 - 16:30 Uhr				
<b>Eltern-Kind-Turnen</b> 2 - 4 J. neue Halle <b>Gruppe 1: 15:15 - 16:15 Uhr</b> Sabrina Knape 0173 7379783 (WhatsApp) <b>Gruppe 2: 16:20 - 17:10 Uhr</b> Melanie Lengyel 0170 7334339 Regina Romer BC 5773794 		 <b>Online Yoga*</b> Martina Jeggler, 12881 <b>Online</b> nach Anmeldung 18:30 - 19:45 Uhr	<b>Vorschulturnen</b> 4 - 6 Jahre Jacqueline Gokovic 01575 5846078/ Nicole Keller 01577 1421484 neue Halle 16:00 - 17:00 Uhr 	
<b>Kinderturnen</b>  Ute Albermann-Straub/ Tatjana Wirth 01522 2657004 <b>3 - 7 Jahre</b> Turn- und Festhalle 16:15 - 17:15 Uhr	<b>Einrad + Jonglage</b> Matthias Hegyi, turnen@tsv-warthausen.de Pia Suhm <b>ab 6 Jahre</b> neue Turnhalle 17:00 - 18:30 Uhr 		<b>Fitness Dance</b> Yvonne Zell, 015758858018 <b>ab 16 J.</b> neue Halle 17:00 - 18:00 Uhr	
<b>Geräteturnen I</b> Lena + Laura Städele, 71182 <b>Anfänger 6 - 12 J.</b> neue Turnhalle 17:30 - 18:30 Uhr 	<b>Rope Skipping</b> Franziska Schuck, Lisa Bretzel Laura Städele, 71182 <b>Anfänger ab 6 J.</b> Turn- und Festhalle 18:00 - 19:00 Uhr 	<b>Fit und Aktiv</b> Norena Linder, 0177 9280112 <b>ab 55 Jahre</b> Turn- und Festhalle 19:00 - 20:00 Uhr 		
<b>Geräteturnen II</b> Sarah Städele, 01523 2713142 Lena Städele, 015783659326 neue Turnhalle 18:30 - 19:30 Uhr 	<b>Fun Tone®/Aerobic Mix</b> Selma Draheim, 168789 <b>Everyone</b> neue Turnhalle 20:00 - 21:30 Uhr 	<b>Fit durchs Jahr</b> Silke Späth, 578771, Sandrina Gerster <b>Everyone</b> Turn- und Festhalle 20:00 - 21:15 Uhr 	<b>TôsôX</b> Irina Frickel, 0162 6222753 <b>Everyone</b> Turn- und Festhalle (Anmeldung) 19:00 - 20:00 Uhr	<b>Tanzkurs (ab 3. März 2023)</b> (mit Anmeldung) Yvonne Zell, 015758858018 Turn- und Festhalle 19:45 - 20:45 Uhr
<b>Power Walking</b> Beate Halm, 01743076202 Spielplatz Schmiedgasse 18:30 Uhr 	<ul style="list-style-type: none"> <li>preisgünstiger Jahresvereinsbeitrag (Erwachsene: 45 €, Kinder: 35 €; außerdem Familienermäßigungen)</li> <li>vielfältiges, qualifiziertes Sportangebot in geräumigen Hallen</li> </ul>			

[www.tsv-warthausen.de](http://www.tsv-warthausen.de)

Abteilungsleitung Turnen: Silke Späth, Tel. 578771 (turnen@tsv-warthausen.de)

\* alle Gesundheits-/Präventionskurse nach Anmeldung: weitere Infos bei Martina Jeggler, BC 12881 - Julia Rimmele: 302498 / E-Mail: julia.rimmele(at)web.de