

# TV 1893 Seeheim e. V. Übungsplan

Sportart	Tag	Uhrzeit	Std.	Übungsleiter/in	Übungsstätte
<b>HANDBALL</b>					
Mini Minis	Di	16.30 – 18.00	1,50	Hilde Stüwe / Simon Buskasea	Bürgerhalle Jugenheim
Minis 6 - 8 Jahre	Di	16.30 – 18.00	1,50	Robin Orth / Torsten Nolde	Bürgerhalle Jugenheim
E-Jugend 8 - 10 Jahre	Di	17.00 – 18.30	1,50	Marc Daurer/Katharina Schnee/D.Eifert	Halle 27
D-Jugend 10 - 12 Jahre	Di	18.30 – 20.00	1,50	Björn Gelitz / Paul Kreibisch	Halle 27
C-Jugend 12 - 14 Jahre	Di	18.30 – 20.00	1,50	Sören Lau / Tobias Morauf	Halle 27
B-Jugend 14 - 16 Jahre	Di	18.45 – 20.15	1,50	Felix Solms / Severin van Waasen	Halle 27
A-Jugend 16 - 18 Jahre	Do	18.45 – 20.15	1,50	Torsten Nolde / Marvin Schulz	Halle 27
Herren	Di	20.15 – 22.00	1,75	Chris Gelitz / Karl Heinz Gimbel	Halle 27
Herren	Do	20.15 – 22.00	1,75	Chris Gelitz / Karl Heinz Gimbel	Halle 27
<b>KARATE</b>					
Kindertraining und Schul-AG	Mo	17.30 - 19.00	1,50	Karl-Heinz Griebenow	Aula Schuldorf
Erwachsenen-Training	Mo	19.00 – 20.30	1,50	Karl-Heinz Griebenow	Aula Schuldorf
Erwachsenen-Training	Mi	18.00 – 20.30	2,50	Karl-Heinz Griebenow	Aula Schuldorf
Kindertraining und Schul-AG	Fr	17.00 – 18.00	1	Karl-Heinz Griebenow	Aula Schuldorf
Jugend ab 14 Jahre + Erwachsene	Fr	18.00 – 20.00	2	Karl-Heinz Griebenow	Aula Schuldorf
<b>GYMNASTIK - Gesundheitssport</b>					
Rücken fit nach Pilates Damen u. Herren	Mo	09.00 – 10.00	1	Helgard Drevenstedt	TVS Sportheim
Gymnastik für Senioren Damen u. Herren	Mo	10.00 – 11.00	1	Dagmar Blanz	TVS Sportheim
Progressive Muskelentspannung	Mo	18.30 – 20.00	1,5	Dagmar Blanz	TVS Sportheim
Damen und Herren Gymnastik	Mo	20.00 – 21.00	1	Christoph Späth	TVS Sportheim
Kundalini Yoga	Mo	20.15 – 21.45	1,50	Jutta Messow	TVS Sportheim
Damen und Herren Qi Gong	Di	09.30 – 10.30	1	Annegret Löser	TVS Sportheim
Damen und Herren - Pilates	Di	10.45 – 11.45	1	Kata Burckschat	TVS Sportheim
Damen und Herren - Pilates	Di	18.15 – 19.15	1	Kata Burckschat	TVS Sportheim
LineDance	Di	19.30 – 21.00	1,50	Christa Henning	TVS Sportheim
„Beckenbodengymnastik mit präventiver Wirbelsäulengymnastik“ für Damen	Mi	09.30 – 10.30	1	Dagmar Blanz	TVS Sportheim
Gymnastik – Pilates-Kurs	Mi	15.30 – 16.30	1	Kata Burckschat	TVS Sportheim
Damen u. Herren Workout von Kopf - Fuß	Mi	19.00 – 20.00	1	Marion Schüttler-Unterschütz	TVS Sportheim
Damen u. Herren Gymnastik - Fit ab 50	Do	09.00 – 10.00	1	Pia Krick	TVS Sportheim
Damen u. Herren Gymnastik Senioren	Do	10.00 – 11.00	1	Pia Krick	TVS Sportheim
Damen u. Herren Workout von Kopf - Fuß	Do	19.30 – 20.30	1	Marion Schüttler-Unterschütz	TVS Sportheim
Kundalini Yoga	Fr	10.00 – 11.30	1,50	Jutta Messow	TVS Sportheim
<b>NORDIC-WALKING - Fitness / Lauftermine</b>					
Erwachsene / 2 Gruppen	Di	09.00 – 10.15	1,25	Dagmar Blanz / Andrea Poth	Odenwaldstr.- Kiefernweg
Erwachsene	Do	09.00 – 10.15	1,25	Andrea Poth	Wendehammer Egerländer Str..
Erwachsene	So	09.30 – 11.30	2	Rolf Hartmann / Henriette Brüel	Parkplatz Märchenteiche
<b>TURNEN</b>					
Eltern/Kind – Turnen bis 4 Jahre	Mo	16.00 – 17.30	1,5	Siegfried Krick	Halle Tannenbergschule
* Förderturnen Mädchen 11-18 Jahre	Mo	16.30 – 18.45	2,25	Beate Rechel / Christine Rockemer	Halle 27 Schuldorf
Kinderturnen für 5 -9-jährige Jungen	Mo	17.30 – 18.30	1		Halle Tannenbergschule
Mädchen 5 - 7 Jahre Turn /Spielgruppe	Di	16.00 – 17.00	1	Claudia Birkenhauer	Halle Tannenbergschule
* Aufbaugruppe Mädchen	Di	15.00 – 16.30	1,50	Christine Rockemer	Halle 27 Schuldorf
Mädchen 9 - 14 Jahre Turn /Spielgruppe	Di	16.30 – 18.00	1,50	Christine Rockemer	Halle Tannenbergschule
* Förderturnen Mädchen 11-18 Jahre	Mi	15.30 – 17.30	2	Beate Rechel / Christine Rockemer	Halle 42 mit MZR
All muscles	Mi	18.30 – 20.00	1,5	Heike Ditter	Halle 42, MZR
Mäd. u Jungen 3 - 4 Jahre Turn / Spielgruppe	Do	15.30 – 16.30	1	Claudia Birkenhauer	Bürgerhalle Jugenheim
Step Aerobic für Erwachsene und Jugendliche	Do	18.30 – 20.00	1,50	Heike Ditter	Bürgerhalle Balkhausen
* Aufbaugruppe Mädchen	Fr	15.30 – 17.30	1,50	Christine Rockemer	Halle 26 Schuldorf
Familieturnen, Jugendliche u. Erwachsene	Fr	20.00 – 21.30	1,50	Siegfried Krick / Pia Krick	Halle 26 Schuldorf

## Abkürzungen:

CSS: Christian-Stock-Stadion, GPS: 49.762569, 8.63673

TBS: Turnhalle der Tannenbergschule im Weeding

TVS Sportheim: Sportheim des TV Seeheim im Christian-Stock-Stadion, GPS: 49.762569, 8.63673

Halle 42: „Halle an der Düne“ am Schuldorf Bergstraße, MZR: Mehrzweck-/Vereinsraum in Halle 42, GPS: 49.762012, 8.630877

Halle 26: Schuldorf-Sporthalle 26 in der Sandstraße

Halle 27: Schuldorf-Sporthalle 27 in der Sandstraße

# TV 1893 Seeheim e. V. Übungsplan

Sportart		Tag	Uhrzeit	Std.	Übungsleiter/in	Übungsstätte
<b>ROPE SKIPPING</b>						
Fortgeschrittene + Leistungsgruppe		Mo	17.30 – 19.00	1,50	Jana Müller / Wiebke Wagner	Sporthalle an der Düne
GrundschülerInnen		Di	16.00 – 17.30	1,50	Jana Müller	Sporthalle an der Düne
Fortgeschrittene ab Kl. 5		Di	17.30 – 19.00	1,50	Jana Müller	Sporthalle an der Düne
Fortgeschrittene + Leistungsgruppe + Show		Mi	19.00 – 20.30	1,50	Jana Müller / Wiebke Wagner	Halle 27
GrundschülerInnen		Fr	16.00 – 17.30	1,50	Wiebke Wagner	Sporthalle an der Düne
Fortgeschrittene + Leistungsgruppe		Fr	17.30 – 19.00	1,50	Wiebke Wagner	Sporthalle an der Düne
Fortgeschrittene + Leistungsgruppe + Show		Sa	10.00 – 12.00	2	Jana Müller / Wiebke Wagner	Aula Schuldorf
<b>BADMINTON</b>						
Training für Erwachsene		Di	19.00 – 20.30	1,5	Michael Schmitzer / Felicia Sakuth	Sporthalle an der Düne
Jugendliche und Erwachsene – freies Spiel		Di	20.30 – 22.00	1,5	Felicia Sakuth	Sporthalle an der Düne
Jugendliche und Erwachsene – freies Spiel		Do	19.00 – 22.00	3	Felicia Sakuth	Sporthalle an der Düne
<b>TISCHTENNIS</b>						
Jugend / Damen und Herren		Di	20.00 – 22.00	2	Eckart Giese / Paul Wagner	Halle Tannenbergschule
Schüler / Jugend –spezielle Fördergruppe (*)		Do	17.30 – 19.30	2	Paul Wagner	Halle Tannenbergschule
Jugend / Damen und Herren		Do	19.30 – 22.00	2,5	Eckart Giese / Paul Wagner	Halle Tannenbergschule
Schüler / Jugend – Anfänger, Fortgeschrittene		Fr	16.00 – 18.00	2	Eckart Giese / Paul Wagner	Halle Tannenbergschule
Spielbetrieb Schüler / Jugend / Damen / Herren		Sa	14.00 – 22.00	8,00	Eckart Giese / Petra Barzin	Halle Tannenbergschule
<b>TANZSPORT</b>						
Kinder (5-6 Jahre)	Kindertanzen	Mo	15.00 – 16.00	1	Daniela Trieloff	TVS-Sportheim
Kinder (3-4 Jahre)	Kindertanzen	Mo	16.00 – 17.00	1	Daniela Trieloff	TVS-Sportheim
Damen u. Herren	Hobbykreis I	Mo	19.00 – 20.00	1	Daniela Trieloff	Halle Tannenbergschule
Damen u. Herren	Hobbykreis II	Mo	20.00 – 21.00	1	Daniela Trieloff	Halle Tannenbergschule
Turniertänzer		Mo	21.00 – 22.00	1	Daniela Trieloff	Halle Tannenbergschule
Damen u. Herren	Tango Argentino	Fr	21.00 – 24.00	3	Andreas Wallus	TVS-Sportheim
<b>VOLLEYBALL</b>						
Damen u. Herren	Freizeit	Mi	19.00 – 22.00	3	Maria Varga / Lothar Knecht	Sporthalle an der Düne
Damen u. Herren	Freizeit	Fr	18.00 – 20.00	2	Maria Varga / Lothar Knecht	Halle Tannenbergschule
Damen u. Herren	Freizeit	Fr	20.00 – 22.00	2	Wolfram Dörbecker	Sporthalle an der Düne
<b>SCHACH</b>						
Alle Altersgruppen		Do	20.00 – 23.00	3	Herbert Meisinger / Axel Kompenhans	Haus Hufnagel
<b>JEDERMANNSPORT</b>						
Damen / Herren	Schwitz - Fit	Mi	20.30 – 22.00	1,50	Andreas Strasser	TBS / CSS (im Sommer)
Jugend / Damen / Herren	Sportabz. Train.	Do	18.00 – 20.00	2	Christoph Meyer/ThomasDingeldein	Chr. Stock-Stadion / Aula
Herren	Gymnastik / Volleyball	Fr	20.00 – 22.00	2	Werner Leitner	Halle Tannenbergschule
Eltern u. Kinder	Familien-Badminton	So	10.00 – 12.00	2	Felicia Sakuth	Halle 26 / Halle Tannenbergschule
<b>LEICHTATHLETIK</b>						
Die roten Tiger – U8	5 - 7 Jahre	Mo	16.00 – 17.30	1,50	Birgit Rösicke/Paul Kroll/Alba Cid	CSS, Halle 26 (von Herbst- bis Ostern-Ferien)
Leichtathletik-Ausdauer	ab 8 Jahre - Mä u. Ju	Mo	16.00 – 17.30	1,50	Sabine Lay / Hanna Mätzig	CSS/TVS Sportheim
Leichtathletik-Ausdauer	ab 10 Jahre - Mä u. Ju	Mo	16.00 – 17.30	1,50	Pepe Phillips / Timo Metzger	Christian-Stock-Stadion/TVS Sportheim
Laufgruppe – U10/U12		Mo	16.00 – 17.30	1,50	Monika Hansmann	CSS
Die roten Tiger – U10	8 – 9 Jahre	Mi	16.00 – 17.30	1,50	Michèle Rösicke / Birgit Rösicke Timo Metzger	Christian-Stock-Stadion, TBS (von Herbst- bis Ostern-Ferien)
Mädchen u. Jungen	10 – 16 Jahre	Mi	17.30 – 19.00	1,50	Manuel Albig / Birgit Rösicke / Stephan Phillips / Hans Pfister	CSS, TBS (von Herbst- bis Ostern-Ferien)
TOP TEN der Fitness	für Jedermann	Mi	18.00 – 19.00	1	Gudrun Waldsperger	TVS – Sportheim
Wettkampftraining auf Einladung		Fr	15.30 – 17.00	1,50	wechselnde Trainer	CSS, Halle 27 (1/3)

**Abweichungen im Übungsplan sind möglich, die jeweils aktuelle Version finden Sie im Internet!!!**

**TV 1893 Seeheim e. V.**  
Geschäftsstelle  
Akazienweg 4, 64342 Seeheim-Jugenheim

<http://www.tv-seeheim.de>  
e-mail: [tv-seeheim@web.de](mailto:tv-seeheim@web.de)  
Tel. Nr.: 0700 - 88733434