

LTV Hirschberg *Stundenplan 01.01.2025*

Seniorenport

14:00 - 15:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sabine Bräutigam / Monica Linneboden

Montag

Turnen für Kinder von 3 bis 6 Jahren

16:00 - 17:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Stefanie Klippert

Abenteuerturnen für Kinder

17:00 - 18:00 Uhr

ab dem 1. Schuljahr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Mathis Heppelmann

Badminton für junge Erwachsene/

Jugendliche ab 14 Jahren

18:00 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Nicole Mestermann

Fitness für Jedermann

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Heike Heppelmann

Dienstag

Eltern-Kind-Turnen:

16:00 - 17:00 Uhr

Hier turnen Eltern und Kind gemeinsam!

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leit: Maryam Noheh-Kahn / Sabrina. Krewitt

Geräteturnen für Kinder

im Grundschulalter

15:30 - 17:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Dagmar Klein

Mittwoch

Trampolin-Turnen

17:00 - 18:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Pia Heer

Entspannung nach Yogaart (Kurs)

17:30 - 18:30 und 18:45 - 19:45

Ort: Kindergarten Hirschberg

Leitung/Betreuung: Cordula Witthaut

Männersport

18:30 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Werner Giesbers

Fitness Tanz für Alle

19:45 - 20:45

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Sabine Bräutigam

Donnerstag

Workout

18:30 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung: Sabrina Krewitt / Silvia Budde

Gymnastik für Frauen

19:30 - 20:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg, Leitung/Betreuung:

Monica Linneboden / Sabine Bräutigam

01.04.25

Walking für Anfänger

17:30 - 18:30 Uhr

Ort: Laufstrecken: Odacker; Freibad;

Sedansteich (Bilsteinhöhle) saisonbedingt

ab April

Leitung/Betreuung: Heike Heppelmann

Freitag

Badminton für Erwachsene -

Just for Fun

18:00 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: R.Joangieseker

Samstag

Badminton für Kinder 10 bis 15 Jahre

12:30 - 14:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Nicole Mestermann / Alina Biermann

Besuchen Sie uns innerhalb unserer Übungsstunden, wir sind immer für Sie da.

Heike Heppelmann Tel.: 02902 58061

Internet www.ltv-hirschberg.de

E-Mail vorstand@ltv-hirschberg.de