

LTV Hirschberg *Stundenplan 05.03.2026*

Seniorenport Montag

14:00 - 15:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung:

Sabine Bräutigam / Monica Linneboden

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: Dagmar Klein

Badminton für junge Erwachsene/ Jugendliche ab 14 Jahren

18:00 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Sabine Bräutigam

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: Saskia Brinkmann

Geräteturnen für Kinder Mittwoch

im Grundschulalter

15:30 - 17:00 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Dagmar Klein

Trampolin-Turnen

17:00 - 18:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Dagmar Klein

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 / Line-Dance

19:45 - 20:45

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Saskia Brinkmann

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

Walking für Anfänger Freitag

17:30 - 18:30 Uhr

Ort: Laufstrecken: Odacker; Freibad;

Sedansteich (Bilsteinhöhle) saisonbedingt
ab April

Leitung/Betreuung: Heike Heppelmann

Badminton für Erwachsene -

Just for Fun

18:00 - 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Hirschberg

Leitung/Betreuung: Sabine Bräutigam

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.*

Bettina Risse : 0175 536 4698

Heike Heppelmann Tel.: 02902 58061

Internet www.ltv-hirschberg.de

E-Mail vorstand@ltv-hirschberg.de