



Kursprogramm der Turnabteilung

September - Dezember 2017

Bodystyle mit Faszientraining

Leitung: Monika Steiner
Termin: Montag, 9 - 10 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Tischtennis für Jedermann

Leitung: Max Wechsler
Termin: Montag, 10 – 11:30 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Fit bis ins hohe Alter

Leitung: Fanny Seitz
Termin: Montag, 16 -17:00 Uhr
ab 11.09.2017
Ort: AWO- Kompetenzzentrum



Der funktionelle Fitness Zirkel

Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Montag, 18 – 19 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle

Osteoporosesportgymnastik

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 18 – 19 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle



Fit und Gesund-Gymnastik I

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 19 – 20 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle



Fit und Gesund Gymnastik

Leitung: Petra Schmidt / Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 20 – 21 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Bewegung & Gymnastik mit körperlicher Einschränkung

Leitung: Manfred Seitz
Termin: Montag, 19 – 20 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Grundschule Turnhalle
im Anschluss 20 - 21 Uhr
Wassergymnastik Schwimmbad

Hoopin- Anfängergruppe

Leitung: Marina Grimm
Termin: Montag, 18 - 19 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle

Hoopin- Fortgeschrittene

Leitung: Marina Grimm
Termin: Montag, 19 – 20 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle

Functional Training

Leitung: Amelie Mahl
Termin: Montag, 19:30 – 20:30 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle

Workout am Step

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Montag, 20 – 21 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle

Indian Balance-Fitness zum Wohlfühlen

Leitung: Irene Stark
Termin: Montag, 20 – 21 Uhr
ab 18.09.2017
Ort: Gymnasium alte Halle



WORK-OUT am Vormittag

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Dienstag, 9:00 – 10:30 Uhr
ab 12.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Wirbelsäulengymnastik S-Klasse Altersklasse + 60

Leitung: Irene Kastenhuber
Termin: Dienstag, 17:00– 18:00 Uhr
ab 19.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle



Funktionelle Gymnastik – Schwerpunkt Rücken

Leitung: Irmgard Mulack
Termin: Dienstag, 18 – 19 Uhr
ab 19.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle

Core Training

Leitung: Anja Schülke
Termin: Dienstag, 18:00– 19:00 Uhr
ab 12.09.2017
Ort: Gymnastikraum SF Hofstetten



Wirbelsäulengymnastik

Leitung: Irene Stark
Termin: Dienstag, 19 – 20 Uhr
ab 19.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle



Yoga

Leitung: Anja Schülke
Termin: Dienstag, 19:00– 20:00 Uhr
ab 12.09.2017
Ort: Gymnastikraum SF Hofstetten



Männerymnastik
Leitung: Irmgard Zollner, Irene Stark, Berndt Aschebrock
Termin: Dienstag, 20:00– 21:30 Uhr ab 12.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle

Gesund und entspannt mit Pilates
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Mittwoch, 9:00 -10:00 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Turnhalle der Realschule



Parkour
Leitung: Niklas Odörfer, Max Czöppan
Termin: Mittwoch, 16:00 -17:00 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Neue 3-fach-Halle Gymnasium

Gymnastik für Damen
Leitung: Petra Wirsing
Termin: Mittwoch, 18:00 – 19:00 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle

Step-Aerobic
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Mittwoch, 19:30 – 20:30 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Stadthalle (gelb)

Rumpf- Stabi (-lität)
Leitung: Silke Schaller
Termin: Mittwoch, 19 – 20 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Sport,Spiel,Entspannung für Männer
Leitung: Ludwig Heß
Termin: Mittwoch, 19:15 – 21:00 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Gymnasium alte Halle

Body-Style
Leitung: Romy Triltsch, Monika Kaiser
Termin: Mittwoch, 20:00 – 21:30 Uhr ab 13.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

QiGong
Leitung: Karin Auer
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00 Uhr ab 05.10. 2017
Ort: Gymnastikraum SF Hofstetten

Offener Walking- Treff
Leitung: Brigitte Kühnlein
Termin: Donnerstag, 9:00 – 10:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Festplatz Hilpoltstein

Fit bis ins hohe Alter
Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle



Gymnastik 60 plus
Leitung: Petra Schmidt
Termin: Donnerstag, 18:15 – 19:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Grundschulturnhalle

Älter werden, fit bleiben
Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 18:00 – 19:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Hot Iron Ganzkörpertraining
Leitung: Amelie Mahl
Termin: Donnerstag, 19:00 – 19:45 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Wirbelsäulengymnastik für Männer
Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Donnerstag, 19:45-20:45 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Yoga am Morgen
Leitung: Brigitte Schneider
Termin: Freitag, 08:15 – 09:35 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Fit ins Wochenende
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Freitag, 09:35 – 10:35 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

Pilates
Leitung: Elke Stöhr
Termin: Freitag, 17:30-18:30 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Gymnastikraum im Hort

Hip Hop für Jugendliche ab 9 Jahren
Leitung: Selina Dzemaili
Termin: Samstag, 11:00-12:00 Uhr ab 16.09.2017
Ort: Realschulturnhalle



Allgemeine Kursbedingungen:

Alle Kurse sind offen für die gesamte Bevölkerung, unabhängig von der Mitgliedschaft im TV Hilpoltstein. Für alle Kursteilnehmer besteht Versicherungsschutz.

Eine Voranmeldung zu den Kursen ist, wenn nicht anders angegeben, nicht erforderlich. Die Anmeldung erfolgt dann jeweils 15 Minuten vor der ersten Kursstunde. Jeder Kurs läuft über mind. 10 Einheiten. Die Kursgebühren werden per Einzugsermächtigung abgebollet und betragen für

Nichtmitglieder

Erwachsene	40,00 €
Kinder/Jugendliche	21,00 €
Eltern/Kind	51,00 €
Senioren	31,00 €

Vereins- und Abteilungsmglieder: frei

Weitere Sportangebote unter www.tv-hip.de

NEU**Kinderturnstunden
der Turnabteilung**

Kindertanz 6 – 9 Jahre
Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr ab 06.11.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 3 Jahren
Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:30 – 17:15 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Turnzirkus 1. bis 4. Kl.
Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 4 Jahren
Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:15 – 18:00 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/ Kind- Turnen 2-3 Jahre
Leitung: Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr ab 20.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/Kind- Turnen 1,5-3 Jahre
Leitung: M. Kastenhuber/ A. Schröder
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Kinderturnen Vorschulalter
Leitung: Brigitte Schneider / Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:45 – 18:00 Uhr ab 04.10.2017
Ort: Realschulturnhalle
Ich lerne Turnen- Der Einstieg
Leitung: Britta Feldhusen
Termin: Freitag, 15:45 – 17:00 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

NEU**Kinderturnstunden
der Turnabteilung**

Kindertanz 6 – 9 Jahre
Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr ab 06.11.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 3 Jahren
Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:30 – 17:15 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Turnzirkus 1. bis 4. Kl.
Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 4 Jahren
Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:15 – 18:00 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/ Kind- Turnen 2-3 Jahre
Leitung: Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr ab 20.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/Kind- Turnen 1,5-3 Jahre
Leitung: M. Kastenhuber/ A. Schröder
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Kinderturnen Vorschulalter
Leitung: Brigitte Schneider /Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:45 – 18:00 Uhr ab 04.10.2017
Ort: Realschulturnhalle
Ich lerne Turnen- Der Einstieg
Leitung: Britta Feldhusen
Termin: Freitag, 15:45 – 17:00 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Realschulturnhalle

NEU**Kinderturnstunden
der Turnabteilung**

Kindertanz 6 – 9 Jahre
Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr ab 06.11.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 3 Jahren
Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:30 – 17:15 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Turnzirkus 1. bis 4. Kl.
Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Stadthalle
Eltern/Kind-Turnen ab 4 Jahren
Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:15 – 18:00 Uhr ab 18.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/ Kind- Turnen 2-3 Jahre
Leitung: Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr ab 20.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Eltern/Kind- Turnen 1,5-3 Jahre
Leitung: M. Kastenhuber/ A. Schröder
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr ab 14.09.2017
Ort: Realschulturnhalle
Kinderturnen Vorschulalter
Leitung: Brigitte Schneider /Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:45 – 18:00 Uhr ab 04.10.2017
Ort: Realschulturnhalle
Ich lerne Turnen- Der Einstieg
Leitung: Britta Feldhusen
Termin: Freitag, 15:45 – 17:00 Uhr ab 15.09.2017
Ort: Realschulturnhalle