



Kursprogramm der Turnabteilung

September - Dezember 2018

Bodystyle mit Faszientraining

Leitung: Monika Steiner
Termin: Montag, 9 - 10 Uhr
ab 24.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Tischtennis für Jedermann

Leitung: Max Wechsler
Termin: Montag, 10 – 11:30 Uhr
ab 10.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Fit bis ins hohe Alter

Leitung: Fanny Seitz
Termin: Montag, 16 -17:00 Uhr
ab 10.09.2018
Ort: AWO- Kompetenzzentrum

Der funktionelle Fitness Zirkel

Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Montag, 18 – 19 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle

Osteoporosesportgymnastik

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 18 – 19 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Fit und Gesund-Gymnastik I

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 19 – 20 Uhr
ab 17.09.2018



Fit und Gesund Gymnastik II

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 20 – 21 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Hoopin- Anfängergruppe

Leitung: Marina Grimm
Termin: Montag, 18 - 19 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Stadthalle

Hoopin- Fortgeschrittene

Leitung: Marina Grimm
Termin: Montag, 19 – 20 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Stadthalle

Body Fit

Leitung: Amelie Mahl
Termin: Montag, 19:30 – 20:30 Uhr
ab 24.09.2018
Ort: Gymnastikraum im Hort

Workout am Step

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Montag, 19:30 – 20:30 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Stadthalle

Indian Balance

Leitung: Irene Stark
Termin: Montag, 20 – 21 Uhr
ab 17.09.2018
Ort: Gymnasium alte Halle

Beckenboden-Training

Leitung: Irmgard Mulack
Termin: Dienstag, 9:00 – 10:00 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Gymnastikraum Hort

WORK-OUT am Vormittag

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Dienstag, 9:00 – 10:30 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Realschulturnhalle



Wirbelsäulengymnastik S-Klasse Altersklasse + 60

Leitung: Irene Kastenhuber
Termin: Dienstag, 17:00– 18:00 Uhr
ab 18.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle



Funktionelle Gymnastik – Schwerpunkt Rücken

Leitung: Irmgard Mulack
Termin: Dienstag, 18 – 19 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle

Core Training

Leitung: Anja Schülke
Termin: Dienstag, 18:00– 19:00 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Gymnastikraum Hort

Wirbelsäulengymnastik

Leitung: Irene Stark
Termin: Dienstag, 19 – 20 Uhr
ab 18.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle



Hatha Yoga

Leitung: Anja Schülke
Termin: Dienstag, 19:00– 20:00 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Gymnastikraum im Hort

Step-Mix

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Dienstag, 19:30– 20:30 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Gymnastikraum SF Hofstetten

Weitere Sportangebote unter www.tv-hip.de

Männerymnastik
Leitung: Irmgard Zollner, B. Aschebrock
Termin: Dienstag, 20:00– 21:30 Uhr
ab 11.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle

Body-Style
Leitung: Romy Triltsch
Termin: Mittwoch, 20:00 – 21:30 Uhr
ab 10.10.2018
Ort: Realschulturnhalle

Hot Iron Ganzkörpertraining
Leitung: Amelie Mahl
Termin: Donnerstag, 19:00 – 19:45 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Gesund und entspannt mit Pilates
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Mittwoch, 9:00 -10:00 Uhr
ab 12.09.2018
Ort: Turnhalle der Realschule



QiGong
Leitung: Karin Auer
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00 Uhr
ab 24.09. 2018
Ort: Gymnastikraum SF Hofstetten

Wirbelsäulengymnastik für Männer
Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Donnerstag, 19:45-20:45 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Parkour (ab 11 Jahre)
Leitung: FSJ
Termin: Mittwoch, 16:00 -17:00 Uhr
ab 10.10.2018
Ort: Neue 3-fach-Halle Gymnasium

Offener Walking- Treff
Leitung: Brigitte Kühnlein
Termin: Donnerstag, 9:00 – 10:00 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Festplatz Hilpoltstein

Yoga am Morgen
Leitung: Brigitte Schneider
Termin: Freitag, 08:15 – 09:35 Uhr
ab 05.10.2018
Ort: Realschulturnhalle

Gymnastik für Damen
Leitung: Petra Wirsing
Termin: Mittwoch, 18:00 – 19:00 Uhr
ab 12.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle

Fit bis ins hohe Alter
Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Realschulturnhalle



Fit ins Wochenende
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Freitag, 09:35 – 10:35 Uhr
ab 14.09.2018
Ort: Realschulturnhalle



Rumpf- Stabi (-lität)
Leitung: Silke Schaller
Termin: Mittwoch, 19 – 20 Uhr
ab 12.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Gymnastik 60 plus
Leitung: Petra Schmidt
Termin: Donnerstag, 18:15 – 19:00 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Grundschulturnhalle

After-Work-Pilates
Leitung: Elke Stöhr
Termin: Freitag, 17:30-18:30 Uhr
ab 14.09.2018
Ort: Gymnastikraum im Hort



Sport,Spiel,Entspannung für Männer
Leitung: Ludwig Heß
Termin: Mittwoch, 19:15 – 21:00 Uhr
ab 12.09.2018
Ort: Gymnasium alte Halle

4XF Crosstraining
Leitung: Daniel Schmidtke, A. Dorr
Termin: Donnerstag, 18 – 19 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: 10 Euro Gerätegebühr
3-fach Turnhalle Gymnasium



Hip Hop für Jugendliche ab 9 Jahre
Leitung: Selina Dzemaili
Termin: Samstag, 12:30 – 14:00 Uhr
ab 15.09.2018
Ort: Realschulturnhalle

Step Aerobic
Leitung: Ulla Dietzel
Termin: Mittwoch, 19:30 – 20:30 Uhr
ab 12.09.2018
Ort: Stadthalle



Älter werden, fit bleiben
Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 18 – 19 Uhr
ab 13.09.2018
Ort: Realschulturnhalle



Weitere Sportangebote unter www.tv-hip.de

SPECIAL-KURS

Selbstbehauptung/Selbstverteidigung

Leitung: Jochen Säger
Termin: Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr
10.10. + 17.10. + 24.10. + 31.10.
Ort: n.n.
Kursgebühr 45 Euro bzw. 60 Euro
Anmeldung + Info unter info@tv-hip.de

Kinderturnstunden der Turnabteilung

Kindertanz 6 – 9 Jahre

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:00 – 17:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:00 – 18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Turnzirkus 1. bis 4. Kl.

Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr
Ort: Stadthalle
ab 17.09.18

Eltern/ Kind- Turnen

Leitung: Ursula & Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 19.09.18

Turnen Vorschulkinder

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Mittwoch, 17:00-18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 12.09.18

Eltern/Kind- Turnen

Leitung: M. Prochaska / N. Krach
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 13.09.18

Kinderturnen Vorschulalter

Leitung: Brigitte Schneider / Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:30 – 17:45 Uhr
Ort: Realschulturnhalle (ab 04.10.2018)

Kinderturnstunden der Turnabteilung

Kindertanz 6 – 9 Jahre

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:00 – 17:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:00 – 18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Turnzirkus 1. bis 4. Kl.

Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr
Ort: Stadthalle
ab 17.09.18

Eltern/ Kind- Turnen

Leitung: Ursula & Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 19.09.18

Turnen Vorschulkinder

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Mittwoch, 17:00-18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 12.09.18

Eltern/Kind- Turnen

Leitung: M. Prochaska / N. Krach
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 13.09.18

Kinderturnen Vorschulalter

Leitung: Brigitte Schneider / Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:30 – 17:45 Uhr
Ort: Realschulturnhalle (ab 04.10.2018)

Kinderturnstunden der Turnabteilung

Kindertanz 6 – 9 Jahre

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 16:00-17:00 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Mareike Ibinger
Termin: Montag, 16:00 – 17:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Eltern/Kind-Turnen

Leitung: Birte Künzel
Termin: Montag, 17:00 – 18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 17.09.18

Turnzirkus 1. bis 4. Kl.

Leitung: Andrea Czöppan
Termin: Montag, 17:00 – 18:30 Uhr
Ort: Stadthalle
ab 17.09.18

Eltern/ Kind- Turnen

Leitung: Ursula & Christoph Schnurrer
Termin: Mittwoch, 15:45 – 16:45Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 19.09.18

Turnen Vorschulkinder

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Mittwoch, 17:00-18:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 12.09.18

Eltern/Kind- Turnen

Leitung: M. Prochaska / N. Krach
Termin: Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle
ab 13.09.18

Kinderturnen Vorschulalter

Leitung: Brigitte Schneider / Karin Auer
Termin: Donnerstag, 16:30 – 17:45 Uhr
Ort: Realschulturnhalle (ab 04.10.2018)



Kursprogramm der Turnabteilung

September - Dezember 2018

Allgemeine Kursbedingungen

Alle Kurse sind offen für die gesamte Bevölkerung, unabhängig von der Mitgliedschaft im TV Hilpoltstein. Für alle Teilnehmer 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 abgebolten und betragen für

Nichtmitglieder

Erwachsene	42,00 €
Kinder / Jugendliche	22,00 €
Eltern / Kind	53,00 €
Senioren	33,00 €

Vereins- und Abteilungsmitglieder: frei

Achtung: Kurse mit diesem Zeichen sind mit dem Gütesiegel „Plunspunkt Gesundheit. DTB“ ausgezeichnet - ein Markenzeichen für Qualität im Gesundheitssport.



www.tv-hip.de

Der TV Hilpoltstein bietet neben den genannten Kursen weitere Übungsstunden an. Infos dazu erhalten Sie unter www.tv-hip.de oder in der Geschäftsstelle des TV HIP im VIB-Center der Raiffeisenbank, Heidecker Str. 2, montags von 8 - 12 Uhr, donnerstags von 14 - 17 Uhr oder per E-Mail info@tv-hip.de oder telefonisch unter 09174 975-64



Kursprogramm der Turnabteilung

September - Dezember 2018

Allgemeine Kursbedingungen

Alle Kurse sind offen für die gesamte Bevölkerung, unabhängig von der Mitgliedschaft im TV Hilpoltstein. Für alle Teilnehmer 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 abgebolten und betragen für

Nichtmitglieder

Erwachsene	42,00 €
Kinder / Jugendliche	22,00 €
Eltern / Kind	53,00 €
Senioren	33,00 €

Vereins- und Abteilungsmitglieder: frei

Achtung: Kurse mit diesem Zeichen sind mit dem Gütesiegel „Plunspunkt Gesundheit. DTB“ ausgezeichnet - ein Markenzeichen für Qualität im Gesundheitssport.



www.tv-hip.de

Der TV Hilpoltstein bietet neben den genannten Kursen weitere Übungsstunden an. Infos dazu erhalten Sie unter www.tv-hip.de oder in der Geschäftsstelle des TV HIP im VIB-Center der Raiffeisenbank, Heidecker Str. 2, montags von 8 - 12 Uhr, donnerstags von 14 - 17 Uhr oder per E-Mail info@tv-hip.de oder telefonisch unter 09174 975-64



Kursprogramm der Turnabteilung

September - Dezember 2018

Allgemeine Kursbedingungen

Alle Kurse sind offen für die gesamte Bevölkerung, unabhängig von der Mitgliedschaft im TV Hilpoltstein. Für alle Teilnehmer 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 abgebolten und betragen für

Nichtmitglieder

Erwachsene	42,00 €
Kinder / Jugendliche	22,00 €
Eltern / Kind	53,00 €
Senioren	33,00 €

Vereins- und Abteilungsmitglieder: frei

Achtung: Kurse mit diesem Zeichen sind mit dem Gütesiegel „Plunspunkt Gesundheit. DTB“ ausgezeichnet - ein Markenzeichen für Qualität im Gesundheitssport.



www.tv-hip.de

Der TV Hilpoltstein bietet neben den genannten Kursen weitere Übungsstunden an. Infos dazu erhalten Sie unter www.tv-hip.de oder in der Geschäftsstelle des TV HIP im VIB-Center der Raiffeisenbank, Heidecker Str. 2, montags von 8 - 12 Uhr, donnerstags von 14 - 17 Uhr oder per E-Mail info@tv-hip.de oder telefonisch unter 09174 975-64