

Kursprogramm der Turnabteilung



Sep – Dez.
2025



Wenn nicht anders angegeben, beginnen die Kurse ab 15.09.25

Bodystyle mit Faszientraining

Leitung: Monika Steiner / Corinna Weinbrenner
Termin: Montag, 9:00 – 10:00 Uhr
ab 22.09.2025
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Tischtennis für Hobbyspieler

Leitung: Josef Gruber
Termin: Montag, 10:00 – 11:30 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Stuhlgymnastik

Leitung: Esser Christine
Termin: Montag, 15:30 -16:30 Uhr
Ort: AWO- Kompetenzzentrum, Saal

Funktionelles Zirkeltraining

Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Montag, 18:00 – 19:00 Uhr
ab 22.09.2025
Ort: Grundschulturnhalle

Osteoporosesportgymnastik

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 18:00 – 19:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Fit und Gesund-Gymnastik I

Leitung: Petra Schmidt
Termin: Montag, 19:00– 20:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Fit und Gesund Gymnastik II

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Montag, 20:00 – 21:00 Uhr
ab 22.09.25
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Fit im Alter

Leitung: Ammon Barbara
Termin: Montag, 19:00 – 20:00Uhr
ab 22.09.2025
Ort: Grundschulturnhalle

Hoopin

Leitung: Marina Grimm
Termin: Montag, 19:00 – 20:00Uhr
ab 22.09.25
Ort: Stadthalle

Body Fit

Leitung: Regensburger Amelie
Termin: Montag, 19:15 – 20:15 Uhr
ab 22.9.25
Ort: Comeniusschulturnhalle

Fit durch Bewegung im Wasser

Leitung: Ammon Barbara
Termin: Montag, 20:00 – 21:00Uhr
ab 22.09.2025
Ort: Schwimmbecken Grundschule

Tanztreff für Standardtänze

Leitung: Christine und Uwe Wöhler
Termin: Montag, 20 – 21:00 Uhr
Ort: Realschulturnhalle

Beckenboden-Training

Leitung: Irmgard Mulack
Termin: Dienstag, 9:00 – 10:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Natursport

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Dienstag, 9:00 – 09:45 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Stadthalle

Best Ager Fitness

Leitung: Uli Eckert
Termin: Dienstag, 10:30– 11:30 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Wirbelsäulengymnastik S-Klasse

Leitung: Irene Kastenhuber/ Waltraud Perner
Termin: Dienstag, 16:30– 17:30 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle

Wassergymnastik

Leitung: Andrea Dorr
Termin: Dienstag, 17:45– 18:30 Uhr
2. Std. 18:30-19:15 Uhr
ab 23.9.25
Ort: Hallenbad Grundschule
Anmeldung unter www.tv-hip.de/veranstaltungen

Funktionelle Gymnastik – Schwerpunkt Rücken

Leitung: Irmgard Mulack
Termin: Dienstag, 17:45 – 18:45 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle

Modern/Jazz ab 16 Jahren

Leitung: Svenja Steinhauser
Termin: Dienstag, 18:30 – 19:30Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark
Anmeldung unter www.tv-hip.de/veranstaltungen

Wirbelsäulengymnastik

Leitung: Irene Stark
Termin: Dienstag, 19:00– 20:00 Uhr
ab 23.9.25
Ort: Grundschule

Step-Mix

Leitung: Ursula Schnurrer
Termin: Dienstag, 19:30– 20:30 Uhr
ab 23.09.25
Ort: Halle SF Hofstetten

Männergymnastik

Leitung: B. Aschebrock, I. Zollner
Termin: Dienstag, 19:30– 21:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Fit mit Kinderwagen

Leitung: Alena Hölzel
Termin: Mittwoch, 09:30 – 10:30 Uhr
Ort: Parkplatz Stadthalle
Anmeldung unter www.tv-hip.de/veranstaltungen

Pilates

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Mittwoch, 09:00 – 10:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Tischtennis für Hobbyspieler

Leitung: Josef Gruber
Termin: Mittwoch, 10:00 – 11:30 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Gymnastik für Sie + Ihn

Leitung: Petra Wirsing
Termin: Mittwoch, 18:00 – 19:00 Uhr
Ort: Grundschulturnhalle

Fitness-Workout

Leitung: Alla Novack
Termin: Mittwoch, 18:00-19:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Drums alive

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Mittwoch, 19:00 -20:00 Uhr
ab 08.10.25
Ort: Grundschulturnhalle

Sport, Spiel, Entspannung für Männer

Leitung: Ludwig Heß
Termin: Mittwoch, 19:15 – 21:30 Uhr
Ort: kleine Halle am Gymnasium

QiGong

Leitung: Karin Auer
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00 Uhr
ab 2.10.25
Ort: Halle SF Hofstetten

Offener Walking- Treff

Leitung: Gemeinsamer Treff
Termin: Donnerstag, 9:00 – 10:00 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Mittelschule

Fit bis ins hohe Alter

Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 9:00– 10:00Uhr
Ort: Realschulturnhalle

Stretch&Flow

Leitung: Steinhauser Svenja
Termin: Donnerstag, 10:00 – 10:45Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Fit von Kopf bis Fuß- Ganzheitliches Training

Leitung: Fanny Seitz
Termin: Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Sweaty HITT (Tabata)

Leitung: Julia Dengler
Termin: Donnerstag, 18:00– 19:00 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Rücken-Gymnastik

Leitung: Irene Stark
Termin: Donnerstag, 18:15 - 19:15 Uhr
ab 02.10.25
Ort: Grundschulturnhalle

Power durch Gewichte

Leitung: Waltraud Perner
Termin: Donnerstag, 19:00 – 19:45 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

QiGong

Leitung: Karin Auer
Termin: Donnerstag, 19:00 -20:00 Uhr
ab 2.10.25
Ort: Comeniusschulturnhalle

Wirbelsäulengymnastik für Männer

Leitung: Irmgard Zollner
Termin: Donnerstag, 19:45- 20:45 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark

Yoga am Morgen

Leitung: Brigitte Schneider
Termin: Freitag, 08:30 – 09:45 Uhr
ab 10.10.25
Ort: Salbaum CNC Sportpark

After-Work-Pilates

Leitung: Elke Stöhr
Termin: Freitag, 17:30-18:30 Uhr
ab 10.10.25
Ort: Salbaum CNC Sportpark
ab Oktober in der Grundschulhalle

Fitness - Workout

Leitung: Alla Novack
Termin: Freitag, 18:30 – 19:30 Uhr
Ort: Salbaum CNC Sportpark
Ab Oktober in der Grundschulhalle

Allgemeine Kursbedingungen:

Alle Kurse sind offen für die gesamte Bevölkerung, unabhängig von der Mitgliedschaft im TV Hilpoltstein. Die Kursgebühren betragen

Nichtmitglieder

Erwachsene	60,00 €
Jugendliche	33,00 €
Eltern/Kind	61,00 €
Senioren	41,00 €

Vereins- und Abteilungsmitglieder: frei

Weitere Sportangebote (für Kinder und Jugendliche) unter www.tv-hip.de

Wegbeschreibung zu den Sportstätten unter www.tv-hip.de/informationen/sportstaetten

Herzliche Einladung

zur Eröffnung und Tag der offenen Tür unserer Sportstätte im Salbaum CNC Sportpark

am 3. Oktober von 14-17 Uhr