

Sportprogramm

Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport

Standort

Basteln und Werken

Di. 16:00 - 19:00 Uhr Kreatives Gestalten

Gewichtheben

Di. 16:30 - 18:00 Uhr Open Gym für Anfänger
 Do. 16:30 - 18:00 Uhr Open Gym für Anfänger

Gymnastik - Fitness - Kondition

Mo. 18:30 - 19:30 Uhr Gymnastik für Frauen 50+
 Mo. 19:00 - 20:00 Uhr Damen Gymnastik / Tanz
 Di. 19:00 - 20:00 Uhr Body Fit Jedermann
 Di. 20:00 - 22:00 Uhr allg. Konditions- und Fitness-Training f. Mä: + Fr.
 Mi. 16:00 - 17:30 Uhr Tanzen 50+
 Mi. 19:30 - 21:00 Uhr Geräteturnen Männer
 Do. 9:00 - 10:00 Uhr Gymnastik Damen
 Do. 18:30 - 19:30 Uhr Gymnastik für Frauen
 Do. 17:45 - 18:45 Uhr Bewegen statt Schönen für Fortgeschrittene
 Fr. 18:00 - 19:00 Uhr Gymnastik Herren
 Fr. 19:15 - 20:15 Uhr Rücken aktiv
 Fr. 18:00 - 20:00 Uhr Hallenfußball

Ju-Jutsu

So. 09:00 - 10:30 Uhr Ju-Jutsu/Kraftraum
 So. 10:30 - 13:00 Uhr Ju-Jutsu

Lauf-Treff / Walking / Nordic-Walking

So Wi

So. 10:00 - 11:00 Uhr Laufen + Walking 16 16
 Mo. 08:30 - 09:30 Uhr Walking + Nordic-Walking 16 16
 Mi. 08:30 - 09:30 Uhr Walking + Nordic-Walking 16 16
 Fr. 08:30 - 09:30 Uhr Walking + Nordic-Walking 16 16
 Sommer = April-Sept. Winter = Okt.-März

Leichtathletik

So Wi

Mo. 20:15 - 22:00 Uhr zur Zeit nicht belegt 17 1
 Do. 20:15 - 22:00 Uhr Damen + Herren / Jugend 17 1

Rehasport

Di. 15:45 - 16:30 Uhr Orthopädie 1
 Di. 17:00 - 17:45 Uhr Orthopädie 1
 Do. 15:30 - 16:15 Uhr Neurologie 1
 Do. 16:30 - 17:15 Uhr Orthopädie 1
 Fr. 11:00 - 11:45 Uhr Orthopädie 1

Tai-Chi

Mi. 18:30 - 20:00 Uhr Damen + Herren 3

TGW

Mo. 20:15 - 22:00 Uhr TGW Jugend und Erwachsene 1
 Mi. 18:30 - 20:00 Uhr TGW Erwachsene 2

Tennis

Fr. 17:00 - 19:00 Uhr Anfänger / Hobby 13
 ansonsten 09:00- 21:00 Uhr freies Training nach Platzbelegung 13
 Sommersaison von Mai bis September

Volleyball

Mi. 20:00 - 22:00 Uhr Damen Hobby 3

Kinder und Jugend

Standort

Gewichtheben

18 Mo./Mi./Fr. 16:30 - 18:00 Uhr Kinder ab 8 Jahre

Gymnastik / Tanz

6 Mo. 20:15 - 22:00 Uhr TGW Jugend und Erwachsene
 6 Mo. 16:30 - 18:30 Uhr KGW Gruppen ab 1. Klasse

Handball

2 Do. 16:00 - 19:00 Uhr Jugendspielgemeinschaft mit TV Littfeld
 1

Ju-Jutsu

Di. 18:00 - 19:00 Uhr Kindergruppe II 3
 Do. 17:00 - 18:00 Uhr Kindergruppe III 1
 Do. 18:00 - 19:30 Uhr Kindergruppe IV 1
 Fr. 17:30 - 19:00 Uhr Kindergruppe I 2

Leichtathletik

2 Mo. 15:00 - 16:30 Uhr Leichtathletik Kinder

Tennis

So Wi

Mo. 17:00 - 18:00 Uhr Kindertennis 3 - 8 Jahre (Sommersaison) 13
 Do. 17:00 - 18:00 Uhr Kindertennis 8 - 11 Jahre (Sommersaison) 13
 Sa. 10:00 - 12:00 Uhr Jugendliche (Sommersaison) 13
 Sa. 10:00 - 12:00 Uhr Kindertennis/Wintersaison (November-April)

Turnen & Spielen für Mädchen + Jungen

Mo. 15:30 - 16:45 Uhr Eltern-Kind-Turnen
 Di. 15:00 - 16:30 Uhr Toben, Turnen, Tanzen für Mädchen + Jungen 6 -10 J.
 Mi. 15:00 - 16:30 Uhr Vorschulturnen Mä. + Ju. 4 - 6 J.
 Fr. 15:00 - 18:00 Uhr Geräteturnen und KGW Mädchen

Leistungssport

Standort

Gerätturnen

6 Mo. 16:45 - 19:00 Uhr Jungenturnen 1
 Mi. 16:30 - 19:00 Uhr Jungenturnen 1
 Mi. 17:00 - 19:30 Uhr Mädchenturnen 1
 Mi. 19:00 - 21:00 Uhr Jugend und Männerturnen 1
 1 Fr. 16:00 - 18:00 Uhr Turnen Mädchen ab Klasse 1 1
 3 Fr. 15:00 - 16:30 Uhr Tanz+Bewegen auf Musik ab Klasse 1 1

Gewichtheben

5 Di., Do. 18:00 - 20:00 Uhr Leistungstraining 6

Gymnastik / Tanz

4 Mo. 20:15 - 22:00 Uhr TGW Jugend und Erwachsene 1
 4 Mo. 16:30 - 18:30 Uhr KGW Gruppen ab 1. Klasse 3
 4 Mi. 18:30 - 20:00 Uhr TGW Erwachsene 2

Ju-Jutsu

Di. 19:00 - 20:00 Uhr Erwachsene 1 4
 Di. 20:00 - 21:30 Uhr Erwachsene 2 4
 Do. 20:00 - 21:30 Uhr SV Gruppe 4
 Fr. 19:00 - 20:00 Uhr Erwachsene 4
 Fr. 20:00 - 21:30 Uhr Erwachsene 4

Tennis

So Wi

Sommersaison 13
 Trainingspläne für die Damen- und Herrenmannschaften werden erst mit Beginn der Sommersaison erstellt
 Ansprechpartner : Andrea Guder 0151 12417625
 Sommer = Mai.-Sept. in Eichen, Winter = Okt.-April in Dahlbruch
 1
 2
 1
 1

Standorte

- 1 Vereinshalle Jahnstraße
- 2 ehemalige Grundschule Eichen Schulstraße
- 3 Grundschule/Hauptschule Eichen Eichener Straße
- 4 Dreifachhalle Kreuztal Gymnastikraum
- 5 Handballhalle TV Littfeld
- 6 Dreifachhalle Kreuztal Kraftraum
- 7 Dreifachhalle Kreuztal Hallen A-C
- 8 Kath: Grundschule Kreuztal (Dörnberg)
- 9 Grundschule Kreuztal
- 10 Dreifachhalle Kreuztal Halle D
- 11 Gymnasium Kreuztal Schlauch
- 12 Gesamtschule Kreuztal Schlauch
- 13 Tennisplätze Eichen
- 14 Otto-Flick-Halle Kreuztal
- 15 Stadion Stählerwiese
- 16 Waldparkplatz Hanker
- 17 Sportarena Eichen
- 18 Altes Feuerwehrhaus Eichen, bei Spedition Siebel

Bei Fragen zum Sportprogramm

Heike Siebel 0171 5174128

Andrea Guder 0151 12417625