

| Tag               | Zeit              | Dauer   | Gruppenkürzel | Angebot                          | Zielgruppe                                     | Leitung                                     |
|-------------------|-------------------|---------|---------------|----------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Mainzer Straße 34 |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Montag            | 16:00 - 17:00 Uhr | 60 min  | KI 01         | Kinder- und Jugendturnen         | Vorschulturnen 4-6 Jahre                       | Rike Hellmann                               |
| Montag            | 17:00 - 18:15 Uhr | 75 min  | KI 02         | Kinder- und Jugendturnen         | Mädchen bis 10 Jahre                           | Anna Muschiol, Luise Krebber                |
| Montag            | 18:15 - 19:30 Uhr | 75 min  | KI 03         | Kinder- und Jugendturnen         | Mädchen ab 11 Jahren                           | Anna Muschiol, Luise Krebber                |
| Montag            | 19:30 - 20:30 Uhr | 60 min  | GY 01         | Frauensport                      | Functionals Training / Gymnastik, Spiel        | Katja Klingenhausen                         |
| Montag            | 20:30 - 22:00 Uhr | 90 min  | FS 01         | Männer                           | Basektball und Hallenfußball                   | Frank Schiefer                              |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Dienstag          | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 00         | Leistungsturnen Mädchen Einstieg | AK 5-7                                         | Franka Hauer, Lilith Schumann, Lina Krebber |
| Dienstag          | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 01         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 8-9                                         | Paula Kurth, Ainoa Tuschen                  |
| Dienstag          | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 02         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 10-11                                       | Antonia Schumann, Martha Schlimmer          |
| Dienstag          | 18:00 - 20:30 Uhr | 120 min | LR 03         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 12-14                                       | Paula Kurth                                 |
| Dienstag          | 18:00 - 20:30 Uhr | 120 min | LR 04         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Melvin Lucas                                |
| Dienstag          | 18:00 - 20:30 Uhr | 120 min | LR 05         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Pascal Bühler                               |
| Dienstag          | 20:30 - 22:00 Uhr | 90 min  | GY 02         | Gymnastik/ Sport - Mixed Groups  | Konditionsgymnastik für Fortgeschritten        | Bernd Marx                                  |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Mittwoch          | 16:00 - 17:00 Uhr | 45 min  | EK 01         | Kinderturnen                     | Eltern-Kind bis 3 Jahre                        | Bettina Rautenbach                          |
| Mittwoch          | 17:00 - 18:00 Uhr | 45 min  | KI 04         | Kinderturnen/Jugendturnen        | Vorschulgruppe 4 - 6 Jahre                     | Karolin Kupfer                              |
| Mittwoch          | 18:00 - 20:00 Uhr | 90 min  | VO 01 (AH)    | Breitensport Männer              | Volleyball                                     | Horst Maas                                  |
| Mittwoch          | 20:00 - 22:00 Uhr | 120 min | VO 03         | Volleyball                       | 2. Hobby Ligamannschaft Mixed II               | Stefan Grenda                               |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Donnerstag        | 16:00 - 17:00 Uhr | 60 min  | EK 02         | Kinderturnen                     | Eltern-Kind bis 3 Jahre                        | Rike Hellmann                               |
| Donnerstag        | 17:00 - 18:00 Uhr | 60 min  | EK 03         | Kinderturnen                     | Eltern-Kind bis 3 Jahre                        | Rike Hellmann                               |
| Donnerstag        | 18:00 - 19:00 Uhr | 60 min  | KI 05         | Jungsturnen                      | Jungs 6-9 Jahren                               | Rike Hellmann                               |
| Donnerstag        | 19:00 - 20:00 Uhr | 60 min  | KI 06         | Jungsturnen                      | Jungs 10-12 Jahren                             | Rike Hellmann                               |
| Donnerstag        | 20:00 - 22:00 Uhr | 120 min | VO 02         | Volleyball                       | 1. Hobby Ligamannschaft Mixed I + Herren       | Michaela Nitsch                             |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Freitag           | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 00         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 5-7                                         | Franka Hauer, Lilith Schumann, Lina Krebber |
| Freitag           | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 01         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 8-9                                         | Paula Kurth, Ainoa Tuschen                  |
| Freitag           | 16:00 - 18:00 Uhr | 120 min | LR 02         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 10-11                                       | Antonia Schumann, Martha Schlimmer          |
| Freitag           | 18:00 - 20:30 Uhr | 150 min | LR 03         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 12-14                                       | Paula Kurth                                 |
| Freitag           | 18:00 - 20:30 Uhr | 150 min | LR 04         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Melvin Lucas                                |
| Freitag           | 18:00 - 20:30 Uhr | 150 min | LR 05         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Pascal Bühler                               |
| Freitag           | 20:30 - 22:00 Uhr | 90 min  | ET 01         | Freies Turnen ab 16 Jahren       | Turnbegeisterte und DSHS-Anwärter ab 16 Jahren | Oliver Ibe                                  |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Samstag           | 09:15 - 10:00 Uhr | 45 min  | EK 04         | Kinderturnen                     | Eltern-Kind-Turnen bis 3 Jahre                 | Paula Kurth, Luise krebber                  |
| Samstag           | 10:15 - 11:00 Uhr | 45 min  | KI 07         | Kinderturnen                     | Vorschulturnen 4-6 Jahre                       | Paula Kurth, Luise krebber                  |
| Samstag           | 11:00 - 14:00 Uhr | 180 min | LR 05         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Pascal Bühler                               |
| Samstag           | 11:00 - 14:00 Uhr | 180 min | LR 04         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 14+                                         | Melvin Lucas                                |
| Samstag           | 13:00 - 16:00 Uhr | 180 min | LR 03         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 12-14                                       | Daniel Brandt, Antonia Schumann             |
| Samstag           | 14:00 - 16:00 Uhr | 120 min | LR 02         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 10-11                                       | Antonia Schumann, Martha Schlimmer          |
| Samstag           | 14:00 - 16:00 Uhr | 120 min | LR 01         | Leistungsturnen Mädchen          | AK 8-9                                         | Paula Kurth, Ainoa Tuschen                  |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Wormser Straße 34 |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Mittwoch          | 16:45 - 18:00 Uhr | 75 min  | FS 04         | Breitensport Männer              | Tischtennis und Gymnastik                      | Günter Ifland                               |
| Mittwoch          | 18:15 - 19:50 Uhr | 90 min  | GY 04         | Frauensport                      | Gesundheitsgymnastik für Frauen >50            | Bettina Rautenbach                          |
| Mittwoch          | 20:00 - 22:00 Uhr | 120 min | VO 04         | Volleyball Mixed                 | Hobby Mixed ohne Ligabetrieb                   | Wilma Hartung                               |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Karthäuserwall 40 |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Donnerstag        | 18:00 - 19:30 Uhr | 90 min  | VO 05         | Volleyball                       | Hobby-Mixed (ohne Ligabetrieb)                 | Wolfgang Neumann                            |
| Donnerstag        | 18:00 - 19:30 Uhr | 90 min  | FS 04         | Sportspiele                      | Sportspiele Männer                             | Klaus Havemeister                           |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
|                   |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Severinstraße 241 |                   |         |               |                                  |                                                |                                             |
| Montag            | 20:00 - 22:00 Uhr | 120 min | VO 02         | Volleyball                       | 1. Hobby Ligamannschaft Mixed I                | Michaela Nitsch                             |