

## Montag

16:00 – 17:00	Eltern und Kind Turnen	ÜL: Silke Schick
17:00 – 18:00	Mädchenturnen 1. - 4. Schuljahr	ÜL: Martina Weigand-Stein, Antje Blätz
18:00 – 19:30	Stabilitätstraining für Jugendliche und Erw.	ÜL: Lothar Dongus
19:15 – 20:15	Konditionsgymnastik mit Musik, Spiel & Tanz	ÜL: Benno Gennies
20:15 – 21:45	Ausgleichsgymnastik für Frauen	ÜL: Karin Wagner

## Dienstag

14:00 – 15:00	Seniorengymnastik	ÜL: Sigrid Wilke
16:00 – 17:00	Gerätturnen Mädchen/Jungen, 6 und 7 Jahre	ÜL: Ellen Demand-Porth
17:00 – 19:00	Gerätturnen Mädchen	ÜL: Manfred Porth, Ellen Demand-Porth
19:00 – 20:30	Herzsportgruppe	ÜL: Wolfgang Scheib, Arzt: M. Heimbrod
19:30	Lauf- und Walkingtreff	Ansprechpartner: Karl Baum
20:30 – 22:00	Fitness-Gymnastik-Spiele (Er-Sie-Es)	ÜL: Wolfgang Scheib

## Mittwoch

16:30 – 17:30	Kleinkinderturnen, 4 – 6 jährige	ÜL: Rebecca Benning (mit ÜL-Helfern)
17:00 – 20:30	Boule (Sommermonate)	ÜL: Jean Rossé
18:00 – 19:00	Kursangebote	Ansprechpartner: S. Schumacher
19:00 – 20:15	Aerobic - Fitness	ÜL: Claudia Hulla
20:15 – 22:00	Ausgleichsgymnastik für Frauen	ÜL: Helga Kühn

## Donnerstag

16:30 – 17:30	Leichtathletik ab 6 Jahre	ÜL: Inge Schubert, Sibylle Herrgen
17:30 – 19:00	Leichtathletik - Wettkampfttraining	ÜL: Inge Schubert
17:30 – 19:00	Leichtathletik - Grundagentraining	ÜL: Sibylle Herrgen
19:00 – 20:15	Fitnessgymnastik für Männer	ÜL: Manfred Porth
20:15 – 22:15	Prellball	ÜL: Florian Overkamp, Simon Euler

## Freitag

15:30 – 17:30	Mountainbikettraining ab 12 Jahre	ÜL: Lothar Dongus
16:00 – 17:00	Gerätturnen, Mädchen/Jungen 6 und 7 Jahre	ÜL: Lara Wagner (mit ÜL-Helfern)
17:00 – 19:00	Gerätturnen für Mädchen	ÜL: Manfred Porth, Ellen Demand-Porth
18:00 – 20:30	Boule (Sommermonate)	ÜL: Jean Rossé
19:00 – 20:00	Inline-Skating	ÜL: Hans-Günter Winkler

## Samstag

10:00 – 11:00	Kursangebote	Ansprechpartner: S. Schumacher
11:00 – 13:00	Bogenschießen von 6 bis 99 Jahre	ÜL: Siggie Bartholomäus

## Sonntag

09:00	Lauf- und Walkingtreff	Ansprechpartner: Karl Baum
18:30 – 20:00	Badminton für Erwachsene	ÜL: Matthias Bölke, Holger Hartmann

Weitere, abwechslungsreiche Angebote und Kurse des TVO gibt es auf unserer Homepage

[www.tv-odernheim.de](http://www.tv-odernheim.de),

wie z.B. monatliche Wanderungen des Wandertreffs, Schwimmen, Zumba, Pilates, und einiges mehr.