

Turnverein Diedenbergen 1886 e.V.

Turnen & Leichtathletik					
Kinderturnen					
Eltern/Kind-Turnen	1,5 bis 3 Jahre	Mo	15.00 - 16.00	Turnhalle	Barbara Kratzberg
Eltern/Kind-Turnen	1,5 bis 3 Jahre	Mo	16.00 - 17.00	Turnhalle	Barbara Kratzberg
Kinderturnen	3 bis 4 Jahre	Fr	16.00 - 17.00	Turnhalle	Katja David
Kinderturnen	3 bis 5 Jahre	Di	16.00 - 17.00	Turnhalle	Christa Holler / Eva Bittner
Kinderturnen	3 bis 5 Jahre	Do	16.30 - 17.30	Turnhalle	Eva Bittner
Kinderturnen	5 bis 6 Jahre	Fr	17.00 - 18.00	Turnhalle	Arbana Ameti
Kinderturnen	5 bis 6 Jahre	Di	17.00 - 18.00	Turnhalle	Christa Holler / Eva Bittner
Knuddel-Dich-fit	ab 3 Monate	Fr	11.00 - 12.00	Gymnastikhalle	Marina Römer
Windelturner	9 bis 24 Monate	Di	09.30 - 10.30	Gymnastikhalle	Jenny diLucente-Kafetzis
Leichtathletik					
Leichtathletik Minis	U8	Mi	14.00 - 15.00	Turnhalle/Sportpark Heide	Ina Glag/Miriam Saathoff
Leichtathletik Minis	U8	Mi	15.00 - 16.30	Turnhalle/Sportpark Heide	Ina Glag/Miriam Saathoff
Leichtathletik Midis	U10	Mi	16.30 - 18.00	Turnhalle/Sportpark Heide	Ina Glag/Miriam Saathoff
Leichtathletik Maxis	U12	Mi	18.00 - 19.00	Turnhalle/Sportpark Heide	Claudia Saathoff/Ina Glag
Leistungsstraining	Auswahltraining 9 bis 12 Jahre	Mo	17.00 - 18.00	Turnhalle/Sportpark Heide	Ina Glag
Leistungsstraining	Auswahltraining ab 13 Jahre	Mo	18.00 - 19.00	Turnhalle/Sportpark Heide	Ina Glag/Claudia Saathoff
Sportabzeichen	Mai bis Oktober	Di	19.00 - 20.00	Sportpark Heide	Hans-Günther Sieberling
Turnen					
Geräteturnen Mädchen	bis 10 Jahre	Fr	18.00 - 20.00	Turnhalle	Bianca Krille-Mensing
Geräteturnen Mädchen	ab 10 Jahre	Sa	18.00 - 19.00	Turnhalle	Bianca Krille-Mensing
Geräteturnen Mädchen	ab 10 Jahre	Do	18.00 - 19.30	Turnhalle	Bianca Krille-Mensing
Rhythmische Sportgymnastik	5 - 7 Jahre	Fr	15.00 - 16.00	Gymnastikhalle	Jenny diLucente-Kafetzis
Rhythmische Sportgymnastik	10 Jahr plus	Fr	16.00 - 17.00	Gymnastikhalle	Jenny diLucente-Kafetzis
Rhythmische Sportgymnastik	7 - 9 Jahre	Fr	17.00 - 18.00	Gymnastikhalle	Jenny diLucente-Kafetzis
Turnspiele					
Ringtennis		Di	18.00 - 20.00	Turnhalle	Joshua Dömel
Gesundheits- und Rehasport					
Aktiv und mobil bis 100	Kurs	Mi	09.30 - 10.30	Gymnastikhalle	Ulli Kannenberg
Aroha®	Kurs	Di	18.30 - 19.30	Bürgerhaus Marxheim	Nicole Wehner-Knaut
Antara Rückentraining	Kurs	Di	18.30 - 19.30	Gymnastikhalle	Ursula Strathmann
Osteoporose-Prävention	Kurs	Di	08.30 - 09.30	Gymnastikhalle	Jenny diLucente-Kafetzis
Pilates	Kurs	Do	18.30 - 19.30	Gymnastikhalle	Ellen Engelhard-Hensel
Best Ager Fitness	Kurs	Di	17.30 - 18.30	Gymnastikhalle	Ursula Strathmann
Smovey - Walk	ganztätig	Mo	09.00 - 10.00	Parkplatz Tennisplätze	Monica Reiss
Fit Forever	Kurs	Mo	10.30 - 11.30	Gymnastikhalle	Elisabeth Walbrecht
Qigong	ganztätig / lfd. Angebot	Sa	10.00 - 11.00	Gymnastikhalle	Barbara Schönwandt
Wirbelsäulengymnastik	Kurs	Do	17.30 - 18.30	Gymnastikhalle	Ellen Engelhard-Hensel
Yoga	ganztätig / lfd. Angebot	Fr	08.30 - 09.30	Gymnastikhalle	Karmen Klancar
Yoga	ganztätig / lfd. Angebot	Fr	09.30 - 10.30	Gymnastikhalle	Karmen Klancar
Fitness & Dance					
Fitnesssport					
Aerobic/Step-Aerobic		Mo	19.30 - 20.30	Gymnastikhalle	Anke Ponath
Bauch-Beine-Po		Mi	18.30 - 19.30	Gymnastikhalle	Sarah Hohn
Bauch-Beine-Po		Mi	19.30 - 20.30	Gymnastikhalle	Sarah Hohn
Bodytoning		Mo	18.30 - 19.30	Gymnastikhalle	Anke Ponath
Damengymnastik		Do	20.00 - 21.00	Turnhalle	Brigitte Gottwald
Fit in die Woche		Mo	20.00 - 21.00	Turnhalle	Ulrike Kannenberg
Fitness Herren U60		Mo	13.30 - 15.30	Gymnastikhalle	Manfred Schulte-Braucks
Hot Iron		Mi	17.30 - 18.30	Gymnastikhalle	Sarah Hohn
Hot Iron		Mi	20.30 - 21.30	Gymnastikhalle	Sarah Hohn
Krafttraining		Di	19.30 - 20.30	Gymnastikhalle	Ina Glag
Lauftreff	April bis September	Di	19.00 - 20.00	Parkplatz Tennisplätze	Elisabeth u. Bernhard Walbrecht
Fitness		Do	20.30 - 21.30	Gymnastikhalle	Angela Papapetrou
Men's Afterwork Fitness	Erwachsene	Do	19.30 - 20.30	Gymnastikhalle	Jürgen Viertel / Frank Strathmann
Mini Dancer	3,5-4 Jahre	Mo	15.30 - 16.30	Gymnastikhalle	Anja Faust
Mini Dancer	5-7 Jahre	Mo	16.30 - 17.30	Gymnastikhalle	Anja Faust
Radtreff	April bis Oktober	Do	18.00 - 21.00	ev. Kirche Diedenbergen	Egon Töllner/ Elisabeth Walbrecht
Seniorengymnastik		Fr	14.00 - 15.00	Turnhalle	Cornelia Goldbach
Skigymnastik	Oktober bis März	Di	20.00 - 21.00	Turnhalle	Elisabeth u. Bernhard Walbrecht
TRX	Kurs	Di	20.30 - 21.30	Gymnastikhalle	Anke Ponath
TRX	Kurs	Mo	20.30 - 21.30	Gymnastikhalle	Angela Papapetrou
Walking Fortgeschrittene	ganztätig, Anfangszeit variiert	Mi	17.30 - 18.30	Parkplatz Tennisplätze	Brigitte Gottwald
Zumba®	Kurs	Mi	20.00 - 21.00	Turnhalle	Sandra Welz - Vertr. U. Silvana Orf
Ballsport					
Badminton		Fr	20.00 - 22.00	Heiligenstockschule	Gisela und Klaus Hinderer
Indoorsoccer		So	18.00 - 21.00	Turnhalle	Karl Swoboda
Wandern & Boule					
Boule I	März bis Oktober	Di	16.00 - 19.00	Boulebahn Turnermiese	Birgit Schöps
Boule II	März bis Oktober	Mi	16.00 - 19.00	Boulebahn Turnermiese	Wolfgang Spieler
Boule III	März bis Oktober	Fr	16.00 - 19.00	Boulebahn Turnermiese	Wolfgang Spieler
Wandern - Ganztagswanderung	letzter Sonntag im Monat	So	ab 09.00	Turnhalle	Dieter Steidl
Wandern - Seniorenwanderungen	jeden 2. Mittwoch im Monat	Mi	ab 14.00	Turnhalle	Dieter Steidl
Kampfsport					
Taekwondo		Mo	19.00 - 20.00	Turnhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo		Mi	19.00 - 20.00	Turnhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo		Fr	18.30 - 21.00	Gymnastikhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		Sa	11.00 - 12.00	Gymnastikhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		Sa	12.00 - 13.00	Gymnastikhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		Sa	13.00 - 14.00	Gymnastikhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		So	10.00 - 11.00	Turnhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		So	11.00 - 12.00	Turnhalle	Trainer wechselnd
Taekwondo Kinder		So	12.00 - 13.00	Turnhalle	Trainer wechselnd
Wassersport					
Schwimmen					
Schwimmen	Anfängerkurse	Do	14.00 - 18.00	Rhein-Main-Therme	Matin Soleimany
Schwimmen	Kurse ab Seepferdchenabzeichen	Do	14.00 - 18.00	Rhein-Main-Therme	Mohammad Afshar
Schwimmen	Kurse ab Seepferdchenabzeichen	Sa	08.00 - 11.00	Rhein-Main-Therme	Matin Soleimany
Schwimmen Erwachsene		Mi	21.00 - 22.00	Rhein-Main-Therme	Valerie Müller
Fitness					
Aquafitness	Erwachsene	Mi	16.00 - 17.00	Rhein-Main-Therme	Sandra Benner
Sporttauchen					
Anfänger/Fortgeschrittene	01.09. - Mitte Mai	Di	20.30 - 21.30	ISF	Trainer wechselnd
Anfänger/Fortgeschrittene	Mitte Mai - 31.08.	Di	19.45 - 20.45	Silobad	Trainer wechselnd
Anfänger/Fortgeschrittene	Ganzjährig	Mi	20.00 - 21.00	Rhein-Main-Therme	Trainer wechselnd
Ausbildung	Grundtauchschein	Mi	19.15 - 21.30	Rhein-Main-Therme	Karl-Heinz Alt