


Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Zeit
vormittags						frei frei	09:00 - 11:00 Kraft & Fitness Horst Schneider / Henning Sohler (n. Absprache)	vormittags
12:30								12:30
13:00	frei	frei	frei	frei	frei			13:00
13:30	frei	frei	frei	frei	frei			13:30
14:00	frei	frei	frei	frei	frei			14:00
14:15	frei	frei	frei	frei	frei			14:15
14:30	frei	14:30 - 15:30 DRK Seniorengymnastik Elke Stötzel	frei	14:00 - 16:00 Altersturner Ü: Burkhard Wagener A: Reinhard Busch	frei	frei		14:30
14:45	frei		frei		frei			14:45
15:00	15:00 - 16:00 Pamperszwerge / Krabbel- Gruppe (bis 3 Jahre) Lena Dornhöfer / Anna Hofmann		frei		frei	15:00 - 20:00 Tischtennis Spieltag Herren (Meisterschaftsspiele)		15:00
15:15			frei		frei			15:15
15:30			frei		frei			15:30
15:45		frei	frei		frei		15:45	
16:00	16:15 - 17:15 Eltern-Kind-Turnen (3 - 4 Jahre) Sylvia Horn, Andrea Roth, Anna Roth	frei	frei	frei	16:00 - 17:15 Kinderturnen "Rasselbande" 5 - 7 Jahre Sandra Freund Britta und Lina Grünert			16:00
16:15		frei	frei			ggf. Veranstaltungen gemäß		16:15
16:30		frei	frei			Veranstaltungskalender		16:30
16:45		frei	16:30 - 18:00 Kinder LA 8 - 12 Jahre	frei				16:45
17:00		frei		frei				17:00
17:15	frei		Ü: Julia Knoche / Maren Menn	frei				17:15
17:30	frei			frei	17:15 - 19:15 Sky Dancer Nele Schlabach 17:15 - 18:15		diverse Kursangebote	17:30
17:45	frei			frei				17:45
18:00		17:30 - 19:15 Cross-Age-Fit	18:00 - 19:30	18:00 - 19:30				18:00
18:15								18:15
18:30	18:00 - 20:00 Faustball Ü: Axel Neus	Ü: Elke Stötzel Ü + A: Carola Schmitt	Jugend LA Ü: Felix Menn Ü: Oliver Schmitt	Tischtennis Hobby alle Klassen Ü: Thomas Siebert/Markus Stockmann	8 - 12 Jahre 18:15 - 19:15 ab 12 - 18 Jahre 19:15 - 20:00	ggf. Veranstaltungen gemäß	siehe Aushang bzw. Internetseiten	18:30
18:45								18:45
19:00								19:00
19:15								19:15
19:30	A: Klaus Münker	19:15 - 20:30 Prellball	19:30 - 20:30 Fitness First	ab 19:30		Veranstaltungskalender der Ortsvereine		19:30
19:45								19:45
20:00		Ü: / A: Thomas Schüttler ab 19:00 Fitnessraum	Ü: O. Schmitt / P. Stötzel / C. Menn ab 19:15 h K & F - Raum	Tischtennis Training und Spieltag	20:00 - 22:00 Freitagsturnerinnen			20:00
20:15								20:15
20:30	20:00 - 22:00 Tischtennis	20:30 - 22:00 Dienstagsmänner Leichtathletik, K&F, Spiele, ... Ü: Horst Schneider / Andreas Roth A: Henning Sohler ab 19:30 Fitnessraum im Sommer ab 19:30 h (Sportplatz)	20:30 - 22:00 Mittwochturnerinnen Ü: Helga Herrmann A: Inge Schlabach ab 20:00 Fitnessraum	Herren (Meisterschaftsspiele) Ü: Michael Roth A: Jürgen Roth	Gymnastik, Fitness, ... Ü: Juliane Scheel A: Ulrike Roth			20:30
20:45								20:45
21:00								21:00
21:15	Ü: Michael Roth A: Jürgen Roth (Meisterschaftsspiele)							21:15
21:30								21:30
21:45								21:45
22:00								22:00
andere extern, etc. K & F	17:00 - 18:30 Kraft & Fitness Fitnessraum Ü: Ralf Sohler	20:00 - 21:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:00 (Dauer 4 - 6 h) Wandern ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Knepp / Horst Schneider	19:00 - 20:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn		09:00 - 10:00 Schwimmen Triathlon Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn Ü: Felix Menn	09:30 - Ende offen Renntag (Sommerhalbjahr) * telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	andere extern, etc. K & F Radfahren
Walking	18:00 - 19:30 Walking / Nordic Walking A: Sandra Stötzel Ü: Rüdiger Fuhr / Sandra Stötzel			20:00 - 22:00 Fußball Sportpalast TH Realschule Hilchenbach Ü: Philipp Menn			10:30 - Ende offen MTB (Winterhalbjahr) ** telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	Schwimmen Fußball
Wandern								
Lauftreff OL	18:30 - Ende offen Lauftreff Marktplatz Hilchenbach 2 Gruppen Ü: Udo Menn Ü: Thomas Lips	nach Absprache Sportabzeichenabnahme Sportplatz Helberhausen Ü: Horst Schneider		18:30 - 20:00 Laufbahn-Training Sportplatz Hilchenbach Ü: Juliane Scheel / Wolfgang Fuchs	19:00 - 20:00 LA / Lauftreff Turnhalle Training fürs Sportabzeichen Ü: Juliane Scheel	nach Absprache Lauftreff / langer Lauf Ü: U. Menn / J. Scheel / W. Fuchs	*) Dönerhütte Hilchenbach **) Treffpunkt nach Absprache A: Lauftreffs: Lena Dornhöfer	Lauftreff OL Sportabzeichen