# Trainingszeiten nach Wochentag

Winterplan

## Mo

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:00 | 11:00 | Kurse | Yoga | Gymnastikhalle | Georg Neudecker | ggntogoyoga@posteo.de |
| 16:00 | 17:30 | Turnen | STB- Turnschule | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 18:00 | Leichtathletik | Kinderleichtathletik | Dorfhalle | Julia Moock | leichtathletik@tv-limbach.de, 01759086166 |
| 18:00 | 20:00 | Volleyball | Jugend weiblich | Dorfhalle | Anika Ulrich | a.ulrich@tv-limbach.de |
| 18:00 | 20:00 | Turnen | Senioren | TLZ Homburg-Erbach | Felix Forsch | turnen@tv-limbach.de |
| 18:00 | 20:00 | Volleyball | Damen 2 | Schulturnhalle | Annika Velten | annika.velten@web.de |
| 18:15 | 19:15 | Fitness | Frauengymnastik | Gymnastikhalle | Waltraud Kauf | w.kauf@t-online.de, 06841-8179565 |
| 18:30 | 20:30 | Volleyball | Damen 1 | Dorfhalle | Katharina Kasselmann | volleyball@tv-limbach.de |
| 19:30 | 22:00 | Tischtennis | Hobbyspieler | Gymnastikhalle | Jarek Ziora | tischtennis@tv-limbach.de |
| 20:00 | 22:00 | Volleyball | Herren 2 | Schulturnhalle | Tilo Wormek | volleyball@tv-limbach.de |

## Di

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 15:30 | 19:30 | Tischtennis | Jugend | Gymnastikhalle | Jörg Russy | tischtennis@tv-limbach.de |
| 15:45 | 16:30 | Turnen | Miniturner (4-5 Jahre) | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 18:00 | Turnen | Vorschulkinder | Schulturnhalle | Gabi Hoffmann | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 19:00 | Turnen | Leistungsriegen weibl. | TLZ Homburg-Erbach | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 17:30 | 18:30 | Kurse | World Jumping | Dorfhalle (Nebenraum) | Christina Bastian | 015142660287 |
| 17:45 | 19:00 | Leichtathletik | Jugend | Leichtathletikanlage / Kraftraum | Andreas Stein | leichtathletik@tv-limbach.de, 01759086166 |
| 18:00 | 19:30 | Volleyball | Jugend (9-13 Jahre) | Schulturnhalle | Maike Pohlers | maike.p888@yahoo.de |
| 19:00 | 20:00 | Leichtathletik | CrossTraining | Leichtathletikanlage / Kraftraum | Jessica und Rainer Huwer | crosstraining@tv-limbach.de, 01759086166 |
| 19:00 | 20:15 | Kurse | Vinyasa Yoga | Dorfhalle (Nebenraum) | Jessica Sulikowski | yoga@tv-limbach.de |
| 19:30 | 22:00 | Tischtennis | 2. und 3. Mannschaft | Schulturnhalle | Michael Brunk | tischtennis@tv-limbach.de |
| 19:30 | 21:30 | Tischtennis | 1. Mannschaft | Gymnastikhalle | Christian Schleppi | tischtennis@tv-limbach.de |



# Trainingszeiten nach Wochentag

Winterplan

## Mi

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 16:00 | 17:00 | Turnen | Eltern-Kind-Turnen (3 Jahre) | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 18:00 | Turnen | Eltern-Kind (1-2 Jahre) | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 18:00 | 20:00 | Volleyball | Jugend männlich | Schulturnhalle | Anika Ulrich | a.ulrich@tv-limbach.de |
| 19:30 | 20:30 | Kurse | Yoga | Gymnastikhalle | Georg Neudecker | ggntogoyoga@posteo.de |
| 20:00 | 22:00 | Volleyball | Herren 1 | Schulturnhalle | René Gaidies | volleyball@tv-limbach.de |
| 20:00 | 21:00 | Fitness | Fitmix für Alle | Dorfhalle | Dirk Müller | w.kauf@t-online.de, 06841-8179565 |

## Do

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 15:00 | 17:00 | Tischtennis | Nachmittagsbetreuung | Gymnastikhalle | Jörg Russy | tischtennis@tv-limbach.de |
| 16:00 | 17:30 | Turnen | STB-Turnschule | TLZ Homburg-Erbach | Petra Regitz | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 18:00 | Kurse | Vinyasa Yoga für Jugendliche | Dorfhalle (Nebenraum) | Michael Hirsch | michael87hirsch@gmail.com, 015901137424 |
| 17:00 | 19:00 | Turnen | Leistungsriegen weibl. | TLZ Homburg-Erbach | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 19:00 | Turnen | Leistungsgruppe männl. 6-10 Jahre | TLZ Homburg-Erbach | Gerald Heil | turnen@tv-limbach.de |
| 17:30 | 18:30 | Fitness | Frauen-Gymnastik | Gymnastikhalle | Waltraud Kauf | w.kauf@t-online.de, 06841-8179565 |
| 18:00 | 19:00 | Kurse | World Jumping | Dorfhalle (Nebenraum) | Christina Bastian | 015142660287 |
| 18:00 | 20:00 | Volleyball | Damen 2 | Dorfhalle | Annika Velten | annika.velten@web.de |
| 19:00 | 20:00 | Leichtathletik | CrossTraining | Leichtathletikanlage / Kraftraum | Jessica und Rainer Huwer | crosstraining@tv-limbach.de, 01759086166 |
| 19:00 | 20:00 | Kurse | Faszien Fitness | Gymnastikhalle | Michael Helfen | faszienfitness@tv-limbach.de |
| 20:00 | 21:30 | Tischtennis | Herren alle Manschaften | Gymnastikhalle | Brunk/Ziora | tischtennis@tv-limbach.de |
| 20:00 | 22:00 | Volleyball | Damen 1 | Schulturnhalle | Katharina Kasselmann | volleyball@tv-limbach.de |
| 20:00 | 22:00 | Volleyball | Hobby's | Dorfhalle | Lara Braun | volleyball@tv-limbach.de |

# Trainingszeiten nach Wochentag

Winterplan

## Fr

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 15:00 | 16:00 | Turnen | STB- Turnschule | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |
| 15:30 | 18:00 | Tischtennis | 1. Mannschaft | Gymnastikhalle | Christian Schleppi | tischtennis@tv-limbach.de |
| 15:30 | 16:30 | Turnen | Mädchenturnen (1+2.Klasse) | Schulturnhalle | Gabi Hoffmann | turnen@tv-limbach.de |
| 16:30 | 18:00 | Turnen | Mädchenturnen (3+4. Klasse) | Schulturnhalle | Gabi Hoffmann | turnen@tv-limbach.de |
| 17:00 | 18:30 | Leichtathletik | Jugend | Dorfhalle | Andreas Stein, Rainer Huwer | leichtathletik@tv-limbach.de, 01759086166 |
| 18:00 | 20:00 | Volleyball | Jugend (ab 13 Jahre) | Schulturnhalle | Christian Skrotzki | c.skrotzki@t-online.de |
| 18:00 | 19:30 | Tischtennis | Jugend | Gymnastikhalle | Jörg Russy | tischtennis@tv-limbach.de |
| 19:30 | 22:00 | Tischtennis | 2. und 3. Mannschaft | Gymnastikhalle | Brunk/Ziora | tischtennis@tv-limbach.de |
| 20:00 | 22:00 | Volleyball | Herren 1 | Schulturnhalle | René Gaidies | c.skrotzki@t-online.de |

## Sa

| Uhrzeit | | Abteilung | Gruppe | Ort | Trainer | Kontaktdaten |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:00 | 12:00 | Turnen | Leistungsriegen weibl. | Schulturnhalle | Petra Hennes | turnen@tv-limbach.de |