

# Turnhalle Grundschule Hofgartenstraße 14

Größe: 11 x 20 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:00	Lauffreunde Naheland	frei	VHS Pilates	Lauffreunde Naheland	VHS Mindfull Cardio
17:30					
18:00		frei			
18:30					
19:00	Fidele Wespe Tanz Corps	VHS Wirbelsäulengymn.	Fidele Wespe Tanz Corps	VHS HataYoga	VfL Yoga
19:30					
20:00		VHS Wirbelsäulengymn.			
20:30				frei	frei
21:00				frei	
21:30 bis 22:00					

Samstag: 10.00-15.00

Entspannungstechniken

Sonntag 14.00-17:00

Nacken- und Schulterverspannung

# Turnhalle Grundschule Hofgartenstraße 70

Größe: 12,5 x 25 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:00	VHS Pilates	TSV Degenia Bambini	HGC Wirbelsäulengymn.	BSC Kinder	frei
17:30					
18:00	BSC  Kinder  Erwachsene	VHS Meditatives Tanzen	VHS Com. Dance	VHS Gym. f.d. ganzen Körper	VHS Zumba
18:30					
19:00			BSC Kinder Erwachsene	BSC Erwachsene	frei
19:30		VfL Cheerleader			
20:00					
20:30					
21:00			frei	frei	
21:30 bis 22:00					

Samstag: 15.00-18.15 Selbstverteidigung VHS

**Bitte darauf achten, daß die Türen und das Eingangstor nach Ende des letzten Trainings abgeschlossen werden!!!**

# Turnhalle Grundschule Kleiststraße

Größe: 15 x 27 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:00	MTV Leichtathletik	Cheong Do Taekwondo Kinder	CRV  Konditionstraining	KHC Wusselgruppe	Ab 15 Uhr Katholische F. Eltern-Kind-Turnen
17:30					VHS Tanzen f. Frauen
18:00		VHS Gymnastik f. Frauen		VHS Wirbelsäulengymnastik	
18:30	VHS Gymnastik f. Frauen				VfL Weisse Fräck Tanzen
19:00		DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik	frei		
19:30	DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik				frei
20:00		DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik	frei		
20:30	DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik				frei
21:00		DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik	frei		
21:30 bis 22:00	DAV/ Sektion Nahegau Gymnastik				frei

**Samstag:** Bundesleistungszentrum Cheong Do (18:00 - 20:00 Uhr)

# Turnhalle Grundschule Dr.-Martin-Luther-King

Größe: 20 x 29 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00	Kita RiWa	1. KTC Sportspaß		1. KTC Sportspaß	ab 14:30 1. KTC Sportspaß
16:30					
17:00	VfL -Basketball U15/ U17 w	VfL-Basketball U12 m	VfL-Basketball U14 m	VfL-Basketball U15/ U17 w	VfL-Basketball U13/ U13
17:30					
18:00					Individualtraining
18:30	Herren 2	U16 m	U19 w	U15/ U16/ U17 Individualtraining	
19:00					
19:30					Herren 2
20:00	Herren 2	Herren 1	Herren 2	Herren 1	
20:30					
21:00					Damen/ U19
21:30 bis 22:00					
Gymn.- raum	<b>bis 17:00 Kita</b> 16:15 - 20:00 1. KTC	16:00 - 19:30 1. KTC 19:15 - 20.15 1. KTC	17:00 - 20:00 1. KTC	<b>bis 17:00 Kita</b> 17:00 - 20:30 1. KTC	<b>bis 17:00 Kita</b> 14:30 - 18:30 1. KTC 20:30-22:00 VfL Karate

**Samstag:**  
 9:30-10:30  
 10:30-12:00  
 12:00-14:00  
 U6 mixed  
 U8 mixed  
 Individualtraining

**Bitte darauf achten, dass alle Nebentüren und das Eingangstor nach Ende des letzten Trainings abgeschlossen werden!!!**

# Turnhalle Nahetalhalle Planig

Größe: 16 x 29 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
16:00	TSG Planig Kinderturnen	Tus Bosenheim Kinderturnen	TSG Planig Ballschule Bambini	frei	TSG Planig Fußball Jugend	
16:30						
17:00	TSG Planig Kinderturnen	TuS Bosenheim Gymn. f. Jugend	TSG Planig Bärenstark Kids	TSG Planig Kinderturnen		
17:30						
18:00	TSV degenia Fußball Jugend	TTC Grün-Gold Planig Tischtennis	TSG Planig Tischtennis Jugend + Fußball Bambinis	frei		
18:30						
19:00	TSG Planig Gymnastik			Schuppesser		TSG Planig Rückenfit o. Fussball
19:30						
20:00	TSG Planig Gymnastik		TSG Planig Tischtennis Erwachsene	TTC Grün-Gold Planig Tischtennis		
20:30						
21:00						
21:30 bis 22:00						

# Sportraum Ippesheim

Größe: 8 x 12 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:30	frei	frei		VfL Ippesheim ab 10.30 Gymnastik frei	Line Dance
17:00					
17:30		VfL Ippesheim Gymnastik		Line Dance Fr. Christmann	
18:00	VfL Ippesheim Tischtennis		frei		
18:30		VfL Ippesheim Abt. Gymnastik		Cheong Do Instructoren Ausbildung	Lustige Schuppesser Männerballet
19:00					
19:30	frei				
20:00					
20:30	frei				
21:00					
21:30 bis 22:00					

# Turnhalle Grundschule Winzenheim

Größe: 15 x 27 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
vor 16:00	ab 15:30	GS Winzenheim	ab 15.00 TuS Kleinkinderturnen	ab 15:00 Hort Winzenheim	ab 15:00 Grundschule Winzenheim	
16:00	TuS Winzenheim Kinderturnen	TuS Winzenheim Kinderturnen	TuS Winzenheim Kinderturnen	TSV degenia Jugend Fußball	Tus Winzenheim Fußball Jugend	
16:30		TuS Winzenheim Jugend Fußball				TuS Winzenheim Ganzkörpertraining
17:00			TuS Winzenheim Tischtennis Jugend			
17:30						
18:00	TuS Winzenheim Karate Kinder	TuS Winzenheim Pilates	TuS Winzenheim Karate			
18:30	TuS Winzenheim Damengymnastik			TuS Winzenheim Tischtennis Erwachsene		
19:00	TuS Winzenheim Tischtennis Erwachsene	TuS Winzenheim Aerobic	frei		TuS Winzenheim Tischtennis Erwachsene	TuS Winzenheim Karate
19:30		TuS Winzenheim Aerobic		frei		
20:00			TuS Winzenheim Aerobic			frei
20:30		TuS Winzenheim Aerobic		frei		
21:00			TuS Winzenheim Aerobic			frei
21:30 bis 22:00		TuS Winzenheim Aerobic		frei		

**Samstag:** Tischtennis-Ligaspiele nach Anmeldung

# Turnhalle Grundschule Bad Münster

Größe: 11 x 22 m

01.10.2024 - 31.03.2025

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16:00	VfL Bad Münster Kinderturnen	VfL Bad Münster  Rope Skipping	VfL Bad Münster  Rope Skipping	VfL Bad Münster  Kidsdance	ab 15:00 Uhr VfL Bad Münster Kinderturnen Eltern-Kind-Turnen
16:30					VfL Bad Münster  Ballsportgruppe
17:00	VfL Bad Münster Kleinkinderturnen	Feuchtreinigung durch Fr. Senft	VfL Bad Münster Fit & Aktiv	VfL Bad Münster Wirbelsäulengymn.	VfL Bad Münster Ballsportgruppe
17:30					
18:00	VfL Bad Münster Nordic Walking	VfL Bad Münster Kindertanz	frei	VfL Bad Münster Wirbelsäulengymn.	VfL Bad Münster Volleyball Jugend
18:30					
19:00	VfL Bad Münster  Feierabend-Workout	VfL Bad Münster  Aikido	VfL Bad Münster Power-Workout	VfL Bad Münster Volleyball Freizeitgr.	VfL Bad Münster Volleyball Jugend
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30 bis 22:00					

**Samstag:** 10.00 - 13.00 Uhr Aikido 14:30 - 16:00 Nordic Walking (Winter)