



Hallenbelegung der Trainingszeiten des TSV Schwiegershausen



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Zeit
09:00						9.00 - 10.20 Handball (Fördertraining)	09:00
10:00	9.30 - 11.00 Body Fit Silvia Großkopf		10.00 - 11.00 Fit bis ins hohe Alter Jonas/Silvia/Marianne	10.00 - 11.00 Senioren sport Marianne Dietrich			10:00
11:00						10.40 - 12.00 Handball (Fördertraining)	11:00
12:00							12:00
13:00							13:00
14:00							14:00
15:00	14.30 - 16.00 DRK	15.30 - 16.45 Sportmix für Kids (Vorschule - 5. Klasse) Miriam & Marianne	15.30 - 16.30 Kindersport 3-6 Salome Wode	15.45 - 17.00 Handball männl. E-Jugend Frank, Jürgen, Torben	15.15 - 16.30 Handball wbl. E-Jugend		15:00
16:00	16.00 - 17.30 Handball HSG		16.30 - 17.15 ElternKindersport Marianne D.		16.30 - 17.00 Handball Minis Carina, Kaja, Marie		16:00
17:00	17.45 - 19.00 Tabata Silvia Großkopf	17.00 - 18.30 Handball wbl. D-Jugend Annika & Hannah	17.30 - 19.00 Kindersport (ab 5. Klasse) Juliana & Tami	17.00 - 18.30 Handball HSG	17.30 - 19.00 Crosstraining Jonas Spillner		17:00
18:00		18.30 - 19.30 Sport 50 +/- Helmut Waldmann	19.15 - 20.15 Frauengymnastik Ingrid & Rosi	18.30 - 20.00 Pilates Silvia Großkopf	19.00 - 20.30 Powerman Matthias Loch		18:00
19:00	19.00 - 20.30 Montagsgruppe Helmut Waldmann	19.30 - 20.30 Wirbelsäulengymnastik					19:00
20:00		20.30 - 22.00 Handball 2. Herren	20.15 - 22.00 Tischtennis Ralf Scheffler	20.00 - 21.30 Faustball Sascha Schladitz	20.30 - 22.00 Faustball Mix Sascha Schladitz		20:00
21:00							21:00
22:00							22:00