



# Sporthallenbenutzungsplan

## TSV Langenhorn e.V.



### 1. Große Sporthalle

Stand:

09.02.2024

Tag	Uhrzeit	Sportart	Für Wen?	Übungsleiter
<b>Montag</b>	14.20 – 15.20	Miniturnen	Kindergartenkinder	Valentina Hansen
	15.30 – 16.30	Eltern – Kindturnen	Ab 1 ½ Jahre	Monika Wojcik, Ines Posenauer
	16.30 – 18.00	Leistungsturnen	5 – 14 Jahre Mä u. Jun	Yvonne und Matthias
	18.00 – 20.00	Badminton	Jugendliche	Niss-K. Sönksen/Bent H.
	20.00 – 22.00	Gymnastik und Spiele	Männer I	Joachim Hoffmann
<b>Dienstag</b>				
	14.00 – 15.00	OGS der Schule		
	15.00 – 16:30	Leichtathletik	Running-Kids ab 5 Jahre	Jennifer Buchholz
	17.15 – 18.30	Herzsport I und II	Erwachsene	Antje Kirck und Nicole Brodersen-J.
	18.00 – 19.30	Leichtathletik	Jugendliche ab 12 Jahre	Karen Paysen
	20:00 – 22.00	Volleyball	Erwachsene / Jugend	Olaf Zühlke
	20.00 – 22.00			
<b>Mittwoch</b>				
	14.00 – 15.00	OGS der Schule		
	14.10 – 15.10	Psychomotorik	Schulkinder	Meike Nissen, Stefanie Köster
	15.15 – 16.00	Psychomotorik	Mini´s (2-3 Jahre ohne Eltern)	Meike Nissen, Stefanie Köster
	16.05 – 17.05	Psychomotorik	Kindergartenkinder	Meike Nissen, Stefanie Köster
	17.00 – 17.45	Jazz-Modern Dance	6-9 Jährige	Merle Asmussen, Julia Pust
	17.45 – 18.30	Jazz-Modern Dance	Ab 10 Jahren	Merle Asmussen, Julia Pust
	17.45 – 18.45	Lungensport	Erwachsene	Antje Kirck
	18.45 – 19.45	Fitness – Mix	Frauen	Synje Petersen
	19.45 – 22.00	Badminton	Jugend/ Erwachsene	Bent Harksen
<b>Donnerstag</b>				
	14.00 – 15.00	OGS der Schule		
		SG Langenhorn - Enge		
<b>Freitag</b>				
<b>Ab Herbst</b>	14.30 – 15.30	Bewegung, Spiel, Spaß	6-9 Jahre Mä u. Ju	Maike Giencke, Ann-Katrin Hansen
	15.30 – 16.30	Kinderturnen	Kiga- und Schulkinder	Valentina Hansen, Leonie Jacobsen
	16.30 – 19.30	Leistungsturnen	5 – 14 Jahre Mä u. Jun	Yvonne und Matthias
	16.30 – 18.30			
	18.30 – 19:30			
	19:30 – 22.30	Volleyball	Erwachsene	Olaf Zühlke
	19.30 – 22.30	Badminton	Erwachsene / freiw. Training	Peter Totzke
<b>Samstag</b>	10.00 – 22.00	Badminton- Volleyball Tischtennis- Handball	Punktspiele	* gem. Eintragungen Hallenbenutzungsplan
<b>Sonntag</b>	08.00 – 18.00	Badminton- Volleyball Tischtennis- Handball	Punktspiele	* gem. Eintragungen Hallenbenutzungsplan
	18.00 – 22.00	Badminton	Jugend/ Erwachsene	Hauke Wierzowiecki

## 2. Kleine Sporthalle

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Sportart</u>	<u>Für Wen?</u>	<u>Übungsleiter</u>
Montag				
	18.30 – 19.30	Body - Workout	Männer und Frauen	Melli Pütsch
	19.30 – 22.00	Jazzgymnastik	Frauen	Silvia Jordans
Dienstag				
	18.30 - 19.30	Gymnastik und Spiel	Frauen II	Nicole Brodersen- Jöns
Mittwoch	09.30 – 10.30	Babyturnen	Ab Krabbelalter	Maike Giencke
	10.45 – 11.45	Eltern - Kindturnen	Ab 2 Jahre	Maike Giencke
	18.00 – 19.15	Fitness / Männer ab 60	Männer II	Peter Klang
	19.30 – 21.00	Yoga	Männer und Frauen	Hanna Jensen
Donnerstag	09.00 – 10.00	Fit ab 60	Frauen III	Gerti Stern
	18.00 –	Kräftigen	Frauen IV	Gerti Stern
	– 19.30	Dehnen & Entspannen	Erwachsene	Gerti Stern
	19.30 – 20.30	Zumba	Jugend / Erwachsene	Catrin Nicolaisen
Freitag	08.30 – 09.30	Fit am Vormittag	Frauen	Nicole Brodersen-Jöns

## 3. Sportplatz

<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Sportart</u>	<u>Für Wen?</u>	<u>Übungsleiter</u>
Mittwoch	14.00 - 15.30	Nordic Walking	Bordelumer Heide, Heideweg	Birgit Möllgaard