

MELLENDORFER TV e. V. Ë Sonstige Sportangebote mit Trainingszeiten

Mellendorfer Turn-Verein von 1919 e. V.

Montag:

10.00 . 12.00 Uhr	Federball-Badminton für Senioren in der MTV-Sporthalle im Sportpark
9.00 . 10.00 Uhr	Lungensport bei Elke Preuß im MTV-Sportpark (Gymnastikhalle)
10.15 . 11.15 Uhr	2. Lungensport-Stunde bei Elke Preuß
15.00 . 16.30 Uhr	Yoga im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Eberhard Ratz
16.00 . 17.30 Uhr	Handballminis (6-7 Jahre) in der Ballsporthalle (MTV-Sportpark) bei Manuela Wiegand und Hergen Ohm
17.00 . 18.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik im MTV-Sportpark (Gymnastikhalle) bei Elke Preuß

Dienstag:

10.00 . 11.30 Uhr ab 17 Uhr	Nordic Walking mit Elke Preuß . Treffen Parkplatz Grabenweg (an Kita Domino vorbei) Sportabzeichensaison bei Eberhard Kakuschke und Team (ab Anfang Mai bis Ende September jeden Jahres . auch in den Ferien - im Wedemarkstadion . auch für Nichtmitglieder)
16.00 . 17.15 Uhr	Pilates im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Steffi Fritze
17.30 . 18.30 Uhr	AROHA im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Steffi Fritze
18.45 . 19.45 Uhr	Präventives Fitnesstraining im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Birte Merik
19.00 . 20.30 Uhr	Herzsport in der Realschulsporthalle bei Burkhard Rühmland und Frank Eisenblätter

Mittwoch:

9.30 . 11.30 Uhr	Federball-Badminton für Senioren in der MTV-Sporthalle im Sportpark
9.45 . 10.45 Uhr	Entspannung durch Bewegung (Teile von Qi Gong/Zilgri/Kinesiologie) im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Elke Preuß
11.00 . 12.00 Uhr	Lungensport bei Elke Preuß im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark)
16.00 . 17.30 Uhr	Eltern- und Kind-Turnen in der Realschulsporthalle bei Malte Mohlfeld (BfD/FSJler) (vom Krabbelalter an bis ca. 4 Jahre)
19.00 . 20.00 Uhr	Step-Aerobic im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Bettina Puls

Donnerstag:

10.00 . 11.00 Uhr	Gesundheitssport im Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV-Sportpark) bei Steffi Fritze
16.00 . 17.00 Uhr	Vorschulturnen in der neuen Gemeindehalle hinter der Wedemarkhalle bei Malte Mohlfeld (BfD/FSJler) für 4 . 6 jährige Kinder
17.15 . 19.15 Uhr	Trampolin (ab 6 Jahre) in der Wedemarkhalle bei Ariane Oeing -> Bitte vor Teilnahme Kontakt mit der Übungsleiterin aufnehmen!!!
18.00 . 19.00 Uhr	Zumba bei Petra Schulz - 1. Gruppe - Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV- Sportpark)
19.00 . 20.00 Uhr	Zumba bei Petra Schulz - 2. Gruppe - Tanzsaal/Gymnastikhalle (MTV- Sportpark)

Freitag:

14.30 . 16.00 Uhr	Handballminis (6-7 Jahre) in der Realschulsporthalle bei Andreas Junga
16.00 . 17.00 Uhr	Handballzwerge (3-6 Jahre) in der Realschulsporthalle bei Andreas Junga

Ansprechpartner mit Telefonnummern:

Frank Eisenblätter	0172 . 71 27 269
Steffi Fritze:	05130 . 36 58 6
Andreas Junga:	05130 . 73 40 Handy: 0157 - 86 75 02 03
Eberhard Kakuschke:	05130 . 37 0 59 Handy: 0157 - 77 87 48 11
Birte Merik	0152 . 02 97 44 70
Malte Mohlfeld:	0151 . 20 90 17 47
Ariane Oeing:	0157 . 50 96 62 06
Elke Preuß:	05130 . 79 01 41
Bettina Puls:	05130 . 39 49 0
Eberhard Ratz:	05130 . 40 83 5
Burkhard Rühmland:	05146 . 49 45
Petra Schulz:	0173 . 23 89 140
Manuela Wiegand	05130 . 58 55 950

Sollte ein Übungsleiter nicht aufgeführt sein, bitte zu den Geschäftszeiten (Dienstag + Donnerstag von 9-13 Uhr) in der Geschäftsstelle des Mellendorfer Turn-Verein, Industriestraße 37, unter 05130 . 92 86 42 anrufen.