



Sportangebote Mai - Juli 2026

	09:00 - 14:30 Uhr	14:30 - 15:00	15:00 - 16:00 Uhr	16:00 - 17:00 Uhr	17:00 - 18:00 Uhr	18:00 - 19:00 Uhr	19:00 - 20:00 Uhr	20:00 - 21:00 Uhr	21:00 - 22:00 Uhr
MONTAG	Gr. Saal	Good Morning Fitness 10:00 - 11:00Uhr	Turnen Eltern / Kind #	Leichtathletik Kinder (bis 10 Jahre) #	Leichtathletik Jugend (10-13 Jahre) #	Leichtathletik (Jugend & Aktive)	Mixed Fitness		
	Sportplatz	Das Leichtathletiktraining findet auf dem Sportplatz an der Brühlwiese statt. Bei schlechtem Wetter in der Vereinshalle.							
	Kl. Saal	BabyLounge 10:00 - 12:00Uhr		Ballett I # Kinder (ab 3 Jahre)	Ballett II # Kinder (ab 6 Jahre)	Ballett III # Kinder (ab 6 Jahre)	ZUMBA® Fitness	ZUMBA® Toning	
	Gym.-Raum		Yoga "kinderleicht" - Kurs (ca. 5 - 8 Jahre)	Präventive Gymnastik Yoga - Kurs (nach Iyengar)	Präventive Gymnastik Yoga - Kurs (nach Iyengar)		Tai Chi - Kurs Einsteiger & TN mit Grundkenntnissen		
RSS	Anmeldung für die Abnahmetermine des Sportabzeichens unter: sportabzeichen@turnerschaft-hedderneim.de						Hobby-Kicken I #		
DIENSTAG	Gr. Saal	externer Mieter 9:30 - 11:30 Uhr		Athletik for Kids Kinder (4-6 Jahre) #	Judo Kinder (ab 6 Jahren) & Erwachsene		Volleyball Mixed (Liga)		
	Kl. Saal				ZUMBA® Fitness				
	Gym.-Raum	externer Mieter 9:00 - 12:15 Uhr			externer Mieter				
	RSS				Tischtennis # Jugend (10 - 18 Jahre)	Tischtennis # Jugend & Erwachsene			
MITTWOCH	Gr. Saal	externer Mieter 11:30 - 13:00 Uhr	Turnen Kinder (3-5 Jahre)	Turnen # Mädchen I (6-8 Jahre)	Turnen # Mädchen II (9-11 Jahre)	Funktionsgymnastik für Frauen	Präventive Gymnastik		
	Kl. Saal	Fitdankbaby® MINI / MAXI 9:30 - 10:30 Uhr				Pilates - Kurs für Fortgeschrittene	ZUMBA® Fitness	externer Mieter 20:00 - 22:30 Uhr	
	Gym.-Raum	Kräftigende Beckenbodengymn. für Mütter 11:00 - 12:00 Uhr					Liebscher und Bracht® - Kurs		
	RSS					Freizeitfußball #			
DONNERSTAG	Gr. Saal	Funktionsgymnastik 9:00 - 9:45 Uhr	externer Mieter 13:00 - 15:00 Uhr	Turnen # Mädchen III (ab 11 Jahre)			Power Yoga		
	Kl. Saal	Präventive Gymnastik im Stuhlkreis		Hip Hop Kinder (ab 9 Jahre)	Hip Hop Jugend (ab 13 Jahre)		Wirbelsäulengymnastik, Hatha-Yoga & Entspannung - Kurs		
	Gym.-Raum				Qi Gong - Kurs Basis I	Qi Gong - Kurs Basis II			
	RSS				Geh-Fußball ab 12 Jahren				
FREITAG	Gr. Saal	externer Mieter 8:15 - 9:45 Uhr	Turnen # Eltern / Kind	Judo Schüler/innen & Anfänger (6-11 Jahre)	Judo Jugend (ab 12 Jahre) & Erwachsene		Volleyball Jedermann		
	Kl. Saal	externer Mieter 10:30 - 12:00 Uhr	Ballett IV # Kinder (ab 3 Jahre)	Ballett V # Kinder (ab 6 Jahre)	Ballett VI # Jugend (ab 6 Jahre)	Pilates - Kurs Anfänger	Rückenfitness und Faszientraining - Kurs		
	Gym.-Raum					Historischer Tanz			
	RSS		Ballsport Kinder (ab 5 Jahre)	Turnen Jungen I (ab 6 Jahre)	Tischtennis # Jugend (10 - 18 Jahre)	Tischtennis Jedermann			
SAMSTAG	Gr. Saal								
	Kl. Saal								
SONNTAG	Gr. Saal	Badminton 10:00 - 12:00 Uhr	Bitte die Hinweise auf unserer Homepage beachten! Kurse unterliegen dem Kursplan!			Gesellschaftstanz für Paare			
	RSS								

Abteilungen: Turnen Leichtathletik Ballsport Judo Tanzen Fitness / Gymnastik Kurse externe Mieter

Gr. Saal Großer Saal Vereinshalle Kl. Saal Kleiner Saal Vereinshalle Gym.-Raum Gymnastikraum Vereinshalle RSS Robert-Schumann-Schule

Warteliste (Sportwart kontaktieren) Prüfungszeichen Zentrale Prüfstelle Prävention

Zertifizierter Verein im Deutschen Judo Bund e.V.

ZUMBA® Fitness

Stand:
01.06.2026