

Trainingsangebot beim TV 1921 Niederschopfheim e.V.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
"Locker vom Hocker" (Männergruppe) 10:00 – 11:00 Uhr	Power Circuit 18:00 – 19:00 Uhr	PowerFit 8:30 – 9:30 Uhr	Babys in Bewegung (ab 9 Monaten) 9:00 – 10:15 Uhr	Gerätturten (bis Klasse 3) 15:30 – 17:00 Uhr
Eltern-Kind-Minis 15:00 – 15:45 Uhr	Tai Chi 18:30 – 19:30 Uhr	Männer fit im Alter 9:45 – 10:45 Uhr	Babys in Bewegung (ab 4 Monaten) 10:30 – 11:45 Uhr	Gerätturten (ab Klasse 4) 17:00 – 18:45 Uhr
"Locker vom Hocker" (Frauengruppe) 15:30 – 16:30 Uhr	Fit mit Fun 19:00 – 20:00 Uhr	Judo (Kinder ab 5 Jahren) 16:30 – 17:30 Uhr	Purzelzwerge (Kinder ab 4 Jahren) 14:30 – 15:30 Uhr	Judo (U9/U11: Wettkampfgruppe) 17:30 – 18:30 Uhr
Eltern-Kind 16:00 – 17:00 Uhr		Judo (Jugend ab 8 Jahren) 17:30 – 19:30 Uhr	Pustelblumenkinder (Vorschulkinder) 15:30 – 16:30 Uhr	Sport Jungen 18:00 – 19:00 Uhr
Judospezifisches Ausdauertraining für Wettkämpfer/innen 16:30 – 17:30 Uhr		Fitness Rundum 18:00 – 19:00 Uhr	Judo (Anfängerkurs) 17:00 – 18:00 Uhr	Judo (offenes Wettkampftraining) 18:30 – 20:00 Uhr
Kinderyoga 16:30 – 17:30 Uhr		Frauen fit im Alter 19:30 – 20:30 Uhr	Judo (individuelles Techniktraining für Wettkämpfer/innen) 18:00 – 19:00 Uhr	Volleyball 18:30 – 20:00 Uhr
Rope Skipping 17:30 – 18:30 Uhr		wechselndes Kursangebot für Vereinsmitglieder 19:30 – 20:30 Uhr	Fit Mix 19:00 – 20:00 Uhr	Rhönrad Anfänger/innen 18:45 – 20:00 Uhr
Rhönrad Fortgeschrittene 17:30 – 19:00 Uhr			Präventionskurs 20:00 – 21:00 Uhr	Fröhlich Fitte Freitagsfrauen 20:00 – 21:00 Uhr
Mobility 18:30 – 19:30 Uhr				Männer Freizeitsport 20:00 – 22:00 Uhr
Bodytone 19:30 – 20:30 Uhr				
Yoga (Kurs 1) 18:00 – 19:30 Uhr				
Yoga (Kurs 2) 19:45 – 21:15 Uhr				

Einfeldsپorthalle

Hohberghalle

Vereinsheim

Weitere Infos unter:
www.tv-niederschopfheim.de
sport@tv-niederschopfheim.de



TURNVEREIN 1921
NIEDERSCHOPFHEIM e.V.