



Sport fördert Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Konzentration, Körperwahrnehmung, auch Selbstbewusstsein und soziale Kompetenz. Nehmt unser Angebot zu "Schnupperstunden" wahr!

August-Först-Halle  
Jahnstraße 3  
97461 Hofheim

**Ansprechpartner für alle Fragen rund um den TV Hofheim:**

- 1. Vorsitzender: Ralph Köberlein      09523-1308
- 2. Vorsitzende: Sylvia Hoh            09523-6288
- 2. Vorsitzende: Angela Kriegsmann    09523-7868

email: [tvhofheim@gmx.de](mailto:tvhofheim@gmx.de)

[www.turnverein-hofheim.de](http://www.turnverein-hofheim.de)

**Training für das Deutsche Sportabzeichen**

Trainingszeiten nach Vereinbarung bitte bei  
Sylvia Hoh,                    09523-6288  
Heidi Dauelsberg,         09523-6486      oder  
Günter Dietz,                09523-6472      nachfragen!

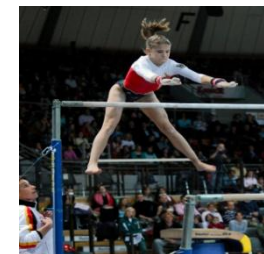
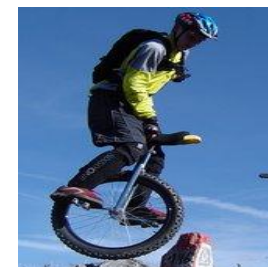


**Unser Sportprogramm**

Stand: Februar 2018



**BEWEG DICH MAL WIEDER -  
"Fordere Dich"  
Hier bei uns im TV**



## Montag

- 16:00-17:30 **Leistungsturnen Geräte**  
ÜL Martha Lambach/Corinna Bergmann  
Sarah Dünninger/Günter Dietz
- 17:00-18:30 **Nordic Walking** (Umgebung/Treff Turnhalle)  
ÜL Ingrid Bauer
- 18:00-19:00 **Step-Aerobic**  
ÜL Alexandra Neumeier
- 19:00-20:00 **Gymnastik für Erwachsene**  
ÜL Sigrun Reuscher
- 20:30-22:30 **Tischtennis**  
ÜL Christian Kneuer

## Dienstag

- 17:00-18:00 **Ballsportarten Mädchen 6-11 Jahre**  
ÜL Doris Bock
- 18:00-19:00 **REHA-Sport mit ärztl. Verordnung** (Gymnastikraum)  
ÜL Uta Wlácil
- 19:00-20:00 **Reha- Sport**  
ÜL Uta Wlácil
- 19:00-20:00 **Schwimmen/Aquagym** (Hallenbad)  
ÜL Angela Kriegsmann
- 20:00-21:30 **Kickboxen/Selbstverteidigung Jugendliche/Erwachsene**  
ÜL Manfred Ertl/Andreas Leidner
- 20:15-22:30 **Sport Herren**  
ÜL Günter Dietz

## Mittwoch

- 15:30-17:00 **Bewegung und Koordination für Kinder 5-6 Jahre**  
ÜL Christine Preu/Andrea Urbanski
- 16:45-17:45 **Schwimmen Kinder** (Hallenbad)  
ÜL Gabi Först
- 17:00-18:00 **Spiel & Sport Kinder 2 1/2-4 Jahre**  
ÜL Marion Reinhart/Christine Preu
- 18:00-19:00 **Mixed Sports -Schwerpunkt Basketball Jugend 11-16 Jahre**  
ÜL David Schweiger
- 19:00-20:00 **Frauen Power**  
ÜL Sylvia Hoh
- 20:15-22:15 **Basketball/Streetball**  
ÜL David Schweiger
- 20:00-23:00 **Kegeln** (Haus des Gastes)  
ÜL Karl Dietz

## Donnerstag

- 15:30-17:00 **Turnen Grundlagen Mädchen 6-8 Jahre**  
ÜL Helga Angermeir
- 16:30-17:30 **Leichtathletik Kinder + Jugendliche** (2fach-Turnhalle)  
ÜL Jochen Först/Manuela Kaffer
- 17:00-18:30 **Leistungsturnen Geräte**  
ÜL Martha Lambach/Corinna Bergman/ Edith Hacker  
Sarah Dünninger/Günter Dietz/Christine Preu
- 17:45-19:15 **Yoga** (Gymnastikraum)  
ÜL Monika Juan
- 18:30-20:00 **Kickboxen/Selbstverteidigung Jugendliche/Erwachsene**  
ÜL Manfred Ertl/Andreas Leidner
- 19:30-20:30 **Fitness-Mix für Alle** (Gymnastikraum)  
ÜL Randolph Urbanski
- 20:00-23:00 **Tischtennis**  
ÜL Christian Kneuer

## Freitag

- 10:00-11:00 **Zwergenturnen ab 1 Jahr**  
ÜL Tanja Michalke
- 15:15-16:45 **Geräteturnen/Leistungsgruppe**  
ÜL Martha Lambach/Corinna Bergmann  
Sarah Dünninger/Günter Dietz
- 16:30-18:00 **Kickboxen/Selbstverteidigung Kinder ab 8 Jahre**  
ÜL Randolph Urbanski/Olaf Bertling
- 18:00-20:00 **Fit & Fun mit dem Ball für Damen**  
ÜL Andrea Urbanski
- 19:00-20:00 **REHA-Wassergymnastik** (Hallenbad)  
ÜL Uta Wlácil

## Samstag

- 09:00-10:30 **Schwimmen Kinder** (Hallenbad)  
ÜL Gabi Först, Sieglinde Mock
- 10:00-11:00 **Einrad Basic**  
ÜL Ralph Köberlein
- 11:00-12:30 **Einrad Expert**  
ÜL Nora Koppitz
- 15:00-17:00 **Kickboxen/Selbstverteidigung für Jedermann**  
ÜL Randolph Urbanski