

Turnhalle Am Diekamp

Stand: September 2026

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 – 09.00		Martinschule	Martinschule	Schulstation	Grundschule
09.00 – 10.00		Martinschule	Martinschule (bis 9:30)	Schulstation (bis 9.15 Uhr)	Grundschule
10.00 – 11.00	Martinschule	Martinschule	Funktionsgymnastik Irmgard Ellefredt		Grundschule (bis 10.45 Uhr)
11.00 – 12.00	Martinschule	Martinschule	Grundschule (ab 11.45)	Martinschule	
12.00 – 13.00	Martinschule	Martinschule	Grundschule	Martinschule	
13.00 – 14.00	Martinschule	Martinschule (bis 13.20)	Grundschule (bis 13.20)	Martinschule	
14.00 – 15.00			Eltern Kind Turnen Aufbau (ab 14.30) Eltern Kind Turnen	Eltern Kind Turnen Aufbau (ab 14.30)	
15.00 – 16.00	Kinderturnen 4- 6 Jahre Tanja	Purzelturnen Nadine Chapman	Lara Maschin/Antigona Gashi	Eltern Kind Turnen Sibylle Hildebrand	Kinderturnen (4 - 6 J) Sarah Uhrmeister
16.00 – 17.00	Mädchensport (6 - 8) Cathleen Freseemann		Eltern Kind Turnen Joline Fichtenschnieder	Eltern Kind Turnen Sibylle Hildebrand	Discobiennen (6-8 J) Ramona Bröckling
17.00 – 18.00	Mädchensport (9 - 11) Cathleen Freseemann	Tischtennis	Jungensport 6 - 8 Jahre Laura Horstmann	Kinderturnen 4- 6 Jahre Jana Gieseke	Tischtennis
18.00 – 19.00	STRONG Nation Elena Butov	Tischtennis	von Okt bis April: Fußball G- Jugend	Jugendsport (9-12) Marina Bäumker	Tischtennis
19.00 – 20.00	Männersport Roland Plötner	Tischtennis	Fit- Mix Monika Diaz	Ball über die Schnur Steffi Rogers	Tischtennis
20.00 – 21.00		Tischtennis	Zumba Julia Stachowicz		Tischtennis
21.00 – 22.00		Tischtennis			Tischtennis

Blau: Grundschule/Martinschule Gelb: Breitensportabteilung Rot: TTSG

Gymnastik - Halle

Stand: September 2026

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00 – 09.00		Martinschule	Martinschule		
09.00 – 10.00		Martinschule	Martinschule (bis 9.30 Uhr)	Fitness für Seniorinnen Stephanie Rogers	
10.00 – 11.00	Gedächtnistraining Barbara & Raimond Pröger	Sitzgymnastik Tanja	Fitness für Seniorinnen Stephanie Rogers	Pilateskurs Monika Diaz	
11.00 – 12.00	Gedächtnistraining (11:15 bis 12.15 Uhr)	Sitzgymnastik Tanja	Fitness für Senioren Stephanie Rogers	Pilateskurs Monika Diaz	Grundschule (10:50 bis 11.35 Uhr)
12.00 – 13.00	Ab 12.15 Uhr Martinschule	Martinschule	Martinschule	Martinschule	
13.00 – 14.00	Martinschule	Martinschule (bis 13.20)	Martinschule	Martinschule	
14.00 – 15.00					
15.00 – 16.00					Discobiennen 6-8 J Ramona Bröckling
16.00 – 17.00	Fit ab 60 Veronika Meier	Mutti macht Sport Nadine Chapman		Fitness für Seniorinnen Agnes Knaup	Ab 16.30 Glitzergirls (Gr 1) Sabrina Andersen
17.00 – 18.00		Flohnhüpfer 4-6 Jahre Kira Fleiter	Springmäuse 4 - 6 Jahre Rebekka Peter		Ab 17:30 Glitzergirls (Gr 2) Sabrina Andersen
18.00 – 19.00	Pilates Dagmar Willimzik	Zumba Gold Elena Butov	Hip Hop 11-16 Jahre Sophia Gibert	Fitness für Seniorinnen Irmgard Ellefredt	bis 18:30 Uhr Tanzen (Gr 2) Sabrina
19.00 – 20.00	Fitness für Damen Dagmar Willimzik	Yoga Annett Schäfers	Wirbelsäulengymnastik Veronika Meier	Fitness für Damen Andrea Beier	Ab 19.30 Uhr Tischtennis
20.00 – 21.00	Handballer- Damen Antje Nieweg	Yoga Annett Schäfers (bis 20.30)	Wirbelsäulengymnastik Veronika Meier		Tischtennis
21.00 – 22.00	Handballer- Damen Antje Nieweg				Tischtennis

Blau: Grundschule/Martinschule Gelb: Breitensportabteilung Rot: TTSG