

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Zeit
vormittags						frei frei	09:00 - 11:00 <b>Kraft &amp; Fitness</b> Horst Schneider / Henning Sohler (n. Absprache)	vormittags
12:30								12:30
13:00	frei	frei	frei	frei	frei	frei		13:00
13:30	frei	frei	frei	frei	frei	frei		13:30
14:00	frei	frei	frei	frei	frei	frei		14:00
14:15	frei	frei	frei	frei	frei	frei		14:15
14:30	frei	14:30 - 15:30 <b>DRK</b> Seniorengymnastik Elke Stötzel	frei	14:00 - 16:00 <b>Altersturner</b> Ü: Burkhard Wagener A: Reinhard Busch	frei	frei		14:30
14:45	frei		frei		frei	frei		14:45
15:00	15:00 - 16:00 <b>Pamperszwerge / Krabbel-</b>		frei		frei			15:00
15:15	<b>Gruppe</b> (bis 3. Jahre) Julia Knoche / Silvia Horn		frei		frei	ab 15:00 - 18:00 <b>Tischtennis - bei Bedarf</b> nach Vereinbarung (Meisterschaftsspiele)		15:15
15:30		frei	frei		frei			15:30
15:45	16:15 - 17:15 <b>Eltern-Kind-Turnen</b> (3 - 4 Jahre) Maren Menn	frei	frei	frei	16:00 - 17:15 <b>Kinderturnen</b> "Rasselbande" 5 - 7 Jahre Sandra Freund Britta und Lina Grünert			15:45
16:00		frei	frei	frei		ggf. <b>Veranstaltungen</b> gemäß		16:00
16:15		frei	16:30 - 18:00 <b>Kinder LA</b> 8 - 12 Jahre	frei		<b>Veranstaltungskalender</b>		16:15
16:30		frei		frei				16:30
16:45		frei		frei				16:45
17:00	frei	frei	Ü: Boris von Rügen	frei	17:15 - 19:15 <b>Sky Dancers</b> Nele Schlabach 17:15 - 18:15		17:00	
17:15	frei			frei			17:15	
17:30	frei	17:30 - 19:15 <b>Cross-Age-Fit</b>	18:00 - 19:30 <b>Jugend LA</b> Ü: Felix Menn Ü: Oliver Schmitt	frei	8 - 12 Jahre 18:15 - 19:15 ab 12 - 18 Jahre 19:15 - 20:00		17:30	
17:45	frei	Ü: Elke Stötzel Ü + A: Carola Schmitt		18:00 - 22:00 <b>Tischtennis</b>		ggf. <b>Veranstaltungen</b> gemäß	17:45	
18:00			19:30 - 20:30 <b>Fitness First</b>				18:00	
18:15		Ü: / A: Thomas Schüttler ab 19:00 Fitnessraum	Ü: O. Schmitt / P. Stötzel / C. Menn ab 19:15 h K & F - Raum		20:00 - 22:00 <b>Freitagsturnerinnen</b>		18:15	
18:30	18:00 - 20:00 <b>Faustball</b> Ü: Axel Neus	20:30 - 22:00 <b>Dienstagsmänner</b> <b>Leichtathletik, K+F, Spiele, ...</b> Ü: Horst Schneider / Andreas Roth A: Henning Sohler ab 19:30 Fitnessraum im Sommer ab 19:30 h (Sportplatz)	20:30 - 22:00 <b>Mittwochsturnerinnen</b> Ü: Helga Herrmann A: Inge Schlabach ab 20:00 Fitnessraum	Herren (Meisterschaftsspiele)	<b>Gymnastik, Fitness, ...</b> Ü: Juliane Scheel A: Ulrike Roth		18:30	
18:45				Ü: Michael Roth A: Jürgen Roth			18:45	
19:00	A: Klaus Mürker	19:15 - 20:30 <b>Prellball</b>				<b>Veranstaltungskalender</b> der Ortsvereine	19:00	
19:15							19:15	
19:30			09:00 (Dauer 4 - 6 h) <b>Wandern</b> ("Da geht noch was!") Buswende Helberhausen 1x im Monat / jeden 2. Mittwoch Günter Kneppel / Horst Schneider	19:00 - 20:00 <b>Schwimmen Triathlon</b> Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn			19:30	
19:45				20:00 - 22:00 <b>Fußball Sportpalast</b> TH Realschule Hilchenbach Ü: Florian Neus		12:00 - 13:00 <b>Schwimmen Triathlon</b> Hallenbad Dahlbruch A: Meinhard Menn	19:45	
20:00							20:00	
20:15							20:15	
20:30	20:00 - 22:00 <b>Tischtennis</b>						20:30	
20:45							20:45	
21:00	Ü: Michael Roth A: Jürgen Roth (Meisterschaftsspiele)						21:00	
21:15							21:15	
21:30							21:30	
21:45							21:45	
22:00							22:00	
andere extern, etc. K & F	17:00 - 18:30 <b>Kraft &amp; Fitness</b> Fitnessraum Ü: Ralf Sohler						09:30 - Ende offen <b>Rennrad (Sommerhalbjahr) *</b> telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	andere extern, etc. K & F Radfahren
Walking	18:00 - 19:30 <b>Walking / Nordic Walking</b> A: Sandra Stötzel Ü: Rüdiger Fuhr / Sandra Stötzel						10:30 - Ende offen <b>MTB (Winterhalbjahr) **</b> telef. Absprache Meinhard Menn / Henning Sohler	Schwimmen
Wandern								Fußball
Lauftreff OL	18:30 - Ende offen <b>Lauftreff</b> Marktplatz Hilchenbach 2 Gruppen Ü: Udo Menn Ü: Thomas Lips	nach Absprache <b>Sportabzeichenabnahme</b> Sportplatz Helberhausen Ü: Horst Schneider		18:30 - 20:00 <b>Laufbahn-Training</b> Sportplatz Hilchenbach Ü: Juliane Scheel / Wolfgang Fuchs	19:00 - 20:00 <b>LA / Lauftreff Turnhalle</b> Training fürs Sportabzeichen Ü: Juliane Scheel	nach Absprache <b>Lauftreff / langer Lauf</b> Ü: U. Menn / J. Scheel / W. Fuchs	*) Dönerhütte Hilchenbach **) Treffpunkt nach Absprache A: Lauftreffs: Heike Fuchs	Lauftreff OL
Sportabzeichen								Sportabzeichen