

TV Traar 1910 e.V.

Sport mit Freu(n)den



Sporthalle Buscher Holzweg

Tischtennis
Kinderturnen - Karate
Fit-Gymnastik
HIP HOP

Sporthalle Luitter Weg

Rückengymnastik für Damen und Herren
Wassergymnastik

Gemeinsames Haus Alte Rather Str. 105

Kindertanz

Nordic-Walking

Anfängerkurse und Laufftreff

Tischtennis

Sporthalle Buscher Holzweg

Infos: Marcus Bengler Tel. 569493

Jugend: Gerardo Schmitz 0176 80689280

Montag

18.30 - 22.00 Uhr Jugendliche & Erwachsene

Donnerstag

17.30 - 19.30 Uhr Schüler & Jugendliche

Training Gerardo Schmitz

Donnerstag

18.30 - 22.00 Uhr Jugendliche & Erwachsene

19.00 - 22.00 Uhr Erwachsene

Kinderturnen – Bewegung – Spiel

Sporthalle Buscher Holzweg

Montag

15.30 - 17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen

Übungsleiterin: Hanna Thissen

Dienstag

16.00 - 17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen

17.00 - 18.00 Uhr Kleinkind-Turnen bis 6 J.

Übungsleiterin S. Haybach

18.00 - 19.00 Uhr Turnen für

Grundschul Kinder

Übungsleiterin Carina & Elvira Schrörs

Karate für Alle

Sporthalle Buscher Holzweg

Montag

17.00 - 18.30 Uhr ab 6 Jahre

Trainer Uwe Esser

und Frank Köhler

Kindertanz

Gemeinsames Haus Alte Rather Str. 105

Mittwoch

15.30 – 16.15 Uhr 3-4 Jahre jung

16.15 – 17.00 Uhr 5-7 Jahre jung

Trainer: Alex Coda

HIP HOP

Sporthalle Buscher Holzweg

Freitag

15.00 – 16.00 Uhr Kinder ab 13 Jahre

16.00 – 17.00 Uhr Auftrittgruppe

Samstag

11.00 – 12.00 Uhr Kinder 6-8 Jahre

12.00 – 13.00 Uhr Kinder 8-10 Jahre

Trainerin: Luisa Martinez

Gymnastik

Sporthalle Buscher Holzweg

Dienstag

19.00 – 20.00 Uhr Fit-Gymnastik / Aerobic

Damen Übungsleiterin Tina Hebold

Mittwoch

18.45 – 19.45 Uhr Fit-Gymnastik Damen

Übungsleiterin Carina & Elvira Schrörs

19.45 – 21.15 Uhr Gymnastik Damen Ü 50

Übungsleiterin Roswitha Wimmen

Rückengymnastik

Sporthalle Luitter Weg

Donnerstag

16.00 – 17.00 Uhr Rückengymnastik

17.30 – 18.15 Uhr Wassergymnastik

Damen und Herren mit S. Haybach

Nordic-Walking

Montag

09.00 – 11.00 Uhr Laufftreff mit Regina
Schemke

Parkplatz Hüttenallee (Friedhof Verberg)

In allen Abteilungen kostenloses Probetraining

Infos: Klaus Jaekel, Abteilungsleiter Breitensport e-Mail:
klaus.jaekel@tvtraar.de Telefon: 02151 4115265 oder im

Internet unter: www.tvtraar.de

Information und Anmeldung für alle Abteilungen in der Halle bei den Übungsleitern und im Internet