

# Übungsplan Turngemeinde Vilshofen

## 2024/2025



**Probetraining bitte vorzeitig beim Übungsleiter anmelden. Kontaktdaten ---> siehe Homepage**

<b><u>Montag</u></b>	16:00 – 18:00	Eltern - Kind – Turnen - Zwei Gruppen	Natalja Zacher
	16:00 – 18:00	Turnen für Kindergartenkinder - Zwei Gruppen	Zacher/Harry Kühnemann
	16:30 – 18:00	Sport für Grundschul Kinder	Erwin Anzenberger
	18:00 – 19:00	Orientalischer Tanz	Anna Zhuvak
	18:00 – 19:00	Gym.-Aktiv (intensiv)	Doris Frait
	18:00 – 21:00	Volleyball (nur nach Anmeldung)	Viraj A. / Uwe Neumann
	19:00 – 21:00	Leichtathletik/Lauf Erwachsene + Jugend	E.Anzenberger/Ina Brunner
	Ab 20:00 Uhr	Fußball für Erwachsene	Modi Alali
<b><u>Dienstag</u></b>	08:15 – 09:15	Damengymnastik ( <b>im Pfarrheim 3.Stock</b> )	Stefanie Schober
	16:00 – 18:00	Basketball bis U16	Florent Llumnica
	16:00 – 18:00	Kinderturnen Buben/Mädchen ab 4 Jahre	Hanna M./Andrej W.
	17:30 – 19:00	Kinderleichtathletik	Erwin Anzenberger
	18:00 – 20:00	Basketball U18 und Herren	Florent Llumnica
	18:00 – 19:00	Box und Balance	Tanja Jüngling
	19:00 – 20:00	Shake your Body – Dance with Fun	Tanja Jüngling
	19:00 – 21:00	Karate (Jugendliche und Erwachsene)	Josef Lechl / Stefan Dippl
<b><u>Mittwoch</u></b>	08:00 – 09:00	Walken an der Vils (nur mit Voranmeldung)	Stefanie Schober
	15:45 – 18:00	Gerätturnen Mädchen Wettkampf	Kerstin Buentke
	16:00 – 18:00	Kindertanz ab 3 Jahren (zwei Gruppen)	Lisanne Demir
	18:00 – 19:00	Pilates	Karin Wolff / Doris Frait
	18:00 – 19:00	Gesundheitssport	Stefanie Schober
	19:00 – 20:30	Faustball	Klaus Müller
	19:00 – 20:00	Gesundheitssport	Stefanie Schober
	Ab 20:30	Basketball	Florent Llumnica
<b><u>Donnerstag</u></b>	14:00 – 15:00	Seniorengymnastik ( <b>Turnhalle Hofkirchen</b> )	Waltraud Prins-Spichtinger
	16:00 – 18:30	Dancing Kids ab 6 Jahre	Sonja Pils
	16:00 – 19:00	Gerätturnen, Mädchen ab 6 J. Fortgeschrittene.	Schweigert / H. Mahler
	19:00 – 22:00	Tischtennis	Roland Lindner
	18:30 – 20:00	Leichtathletik – Lauf – Wettkampf	Erwin Anzenberger
	19:00 – 20:00	Move-It	Doris Reichl
	20:00 – 21:00	Fitness- u. Skigymnastik für alle ab 16 J.	Doris Reichl
<b><u>Freitag</u></b>	17:00 – 19:30	Karate Kinder, Jugend und Erwachsene	Josef Lechl
	16:00 – 18:00	Basketball Liga Training	Florent Llumnica
	18:00 – 21:00	Badminton	Adrian Bali
	18:00 – 21:00	Basketball Herren U 16 / 18 / 20	Florent Llumnica
	19:30 – 21:00	Yoga	Andreas Huber
<b><u>Samstag</u></b>	11:00 – 12:30	Oriental Tanz Damen	Anna Zhuvak
	<i>Nachmittags Ligaspiele Basketball und Tischtennis je nach Termin</i>		
<b><u>Sonntag</u></b>	09:00 – 11:30	Faustball	Klaus Müller
	Ab 10:30	Sonntagstreff für Familien mit Kindern	Nicole und Thomas Hill
	<i>Nachmittags Ligaspiele Basketball je nach Termin</i>		

Die Leichtathletikanlage und der Fitnessraum stehen Mitgliedern  
**in Absprache** mit den zuständigen Übungsleitern zur Verfügung.

**Kurzfristige Änderungen jederzeit möglich. Mehr Infos unter [www.tg-vilshofen.de](http://www.tg-vilshofen.de)**