

Unser Sportangebot

TSV Vorwärts – Wir bewegen Hanerau-Hademarschen

Unser Sportangebot

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
ab 11.00 Uhr	Cardio Fit 11.30 – 12.30 Uhr Kulturzentrum				
ab 14.00 Uhr		Seniorentanz alle 2 Wochen 14.00 Uhr Ruges Gasthof Lütjenwestedt			Kinderturnen 6-8 Jahre 15.00 – 16.00 Uhr Sporthalle
		Kinderturnen 4-6 Jahre 14.45 – 15.45 Uhr Sporthalle			
ab 15.00 Uhr			Bewegung für Kinder – Psychomotorische Gruppe 15.15 – 16.15 Uhr Sporthalle		Turnen für Mädchen ab 8 Jahre Winter: 15.00 – 16.00 Uhr Sporthalle
					Turnen für Jungen 8-12 Jahre 15.00 – 16.00 Uhr Sporthalle
ab 16.00 Uhr	Tischtennis – ab 8 Jahre 16.45 – 18.15 Uhr Sporthalle	Eltern-Kind-Turnen 16.00 – 17.00 Uhr Sporthalle			
ab 17.00 Uhr	Volleyball Mixed 17.00 – 19.00 Uhr Sporthalle (Winter)	Volleyball Jugend Mixed 17.00 – 18.30 Uhr Sporthalle	Volleyball Jugend Mixed 17.00 – 19.00 Uhr Sporthalle		Turnen Leistungsriege Mädchen 17.00 – 20.00 Uhr Sporthalle
		Turnen Leistungsriege Mädchen 17.00 – 19.30 Uhr Sporthalle			Gymnastik und Tanz für Frauen 17.00 – 18.00 Uhr Kulturzentrum
ab 18.00 Uhr	Sportabzeichentraining ¹⁾ ab 18.15 Uhr Kleinspielfeld	Rückenfit mit Tai Chi und Qi Gong 18.00 Uhr – 19.00 Uhr Aula (nach Schichtplan des Kursleiters)	Tischtennis - ab 14 Jahre 18.00 – 19.30 Uhr Sporthalle		'Just for Fun' – Basketball 13 – 99 Jahre 18.00 – 19.00 Uhr Sporthalle
	Volleyball Mixed 18.00 – 20.00 Uhr Sporthalle (Sommer)				Volleyball Damen Verbandsliga 18.00 – 20.00 Uhr Itzehoe
ab 19.00 Uhr		Männerfitness 19.00 – 20.00 Uhr Sporthalle	Turnen Jungen ab 13 und Herren 19.00 – 20.00 Uhr Sporthalle		Turnen Jungen ab 13 und Herren 19.00 – 20.00 Uhr Sporthalle
		Fitnessgruppe 19.30 - 20.30 Uhr Kulturzentrum	Tischtennis - Erwachsene 19.00 – 22.00 Uhr Sporthalle		
			Volleyball Damen Verbandsliga 19.00 – 21.00 Uhr Sporthalle		
			fit mit fun 19.00 – 20.00 Uhr Gokels Gemeindezentrum		
ab 20.00 Uhr	1) nur im Sommer			Volleyball 'Hobby mixed' 20.00 – 22.00 Uhr Sporthalle	
	<i>Weitere Informationen auch unter www.tsv-hademarschen.de</i>				