

Montag Stufe 2 bis Oktober

Trainingsbelegungsplan der Turngesellschaft 1895 e. V. Seligenstadt

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Eimhardhalle	Eimhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerf. Klein-Weizheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen				Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen
8:00-9:00																				
9:00-10:00	Senioren Gymnastik		Senioren (Opt.) Gymnastik																	
10:00-11:00	Kindergarten																			
11:00-12:00																				
12:00-13:00																				
13:00-14:00																				
14:00-15:00	Turnen Wettkampft. weibl. 6-7																			
15:00-16:00																				
16:00-17:00	Turnen weibl. 6-12 männl. 6-8																			
17:00-18:00	Wettkampft. männl. 9-13 Turn. weibl. 6-12	Tanzsport Kinder-tanzen	Tanzsport (Opt.) Kinder-tanzen	Senioren Boulespiel				Basketball männl. U14	Basketball weibl. U12									Leicht-athletik		
18:00-19:00	WKT weibl. 12-18 Turnen m. Jgd./Männer																	Wurfgr. U16 bis Aktive		
19:00-20:00			Karneval Tanzgarde			Handball männl. B männl. C	Handball männl. B männl. C		Basketball männl. U18									U12 bis U14		
20:00-21:00	Basketball Frauen/ weibl U18		Karneval Elfergarde															Akt./Sen		
21:00-22:00						Handball Just for Fun							Tanzsport Discofox					Spezialtrain.		
22:00-23:00																				
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk				Tanzsport		Kurse	
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren				Turnen		Cricket	

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Einhardhalle	Einhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Welzheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen				Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen		
8:00-9:00																						
9:00-10:00	Krabbelgr. 1-2 J. Gruppe 1	Gymnastik Yoga	Gymnastik (Opt.) Yoga		Run & Walk Nordic-Walking																	
10:00-11:00	Krabbelgr. 1-2 J. Gruppe 2																					
11:00-12:00																						
12:00-13:00																						
13:00-14:00																						
14:00-15:00	Kinderturnen 3-4 J.																					
15:00-16:00																						
16:00-17:00	Kinderturnen 4-6 J.				Run & Walk Boule																	
17:00-18:00							Handball männl. D männl. E		Basketball männl. U16													Leicht-athletik
18:00-19:00	Gymnastik Body Shaping		Gymnastik (Opt.) Body Shaping																		TFG Jgd. 10-13J.	
19:00-20:00	Gymnastik Funktionsg.		Gymnastik (Opt.) Funktionsg.		Run & Walk Lauftraining																	Aktive männl/weibl ab U16
20:00-21:00							Handball Männer 1 Männer 2							Handball FSG								
21:00-22:00	Basketball Männer 2																					Cricket
22:00-23:00																						
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk		Tanzsport						Kurse	
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren		Turnen						Cricket	

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Einhardhalle	Einhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Weizheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen			Kraftraum KAS	Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen	
8:00-9:00																					
9:00-10:00	Gymnastik Rückengerechte Funktionsgym.		Gymnastik (Opt.) Rückengerechte Funktionsgym.																		
10:00-11:00	Senioren Knie-Hüfte-Faszien		Senioren (Opt.) Knie-Hüfte-Faszien																		
11:00-12:00																					
12:00-13:00																					
13:00-14:00																					
14:00-15:00	Turnen Kinder 2-3 J.																				
15:00-16:00																					
16:00-17:00	Turnen Wettkampft. weibl. 6-12																				
17:00-18:00	Wettkampft. männl. 9-13 weibl. 6-7																				
18:00-19:00	Wettkampft. weibl. 12-18 Turnen Jgd./Männer		Karneval Lets Dance																		Leichtathletik
19:00-20:00			Karneval Dancing Sisters																		Leichtathletik
20:00-21:00	Basketball Männer 1																				Faustball Aktive
21:00-22:00																					
22:00-23:00																					
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk				Tanzsport				Kurse
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren				Turnen				Cricket

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Einhardhalle	Einhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Welzheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen				Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen
	8:00-9:00																			
9:00-10:00	Gymnastik 50-plus Gr.1		Gymnastik (Opt.) 50-plus Gr.1																	
10:00-11:00	Gymnastik 50-plus Gr.2		Gymnastik (Opt.) 50-plus Gr.2																	
11:00-12:00																				
12:00-13:00																				
13:00-14:00																				
14:00-15:00			Senioren (Opt.) Sitztanz							Senioren Sitztanz										
15:00-16:00	Handball männl. E		Senioren (Opt.) Tanzen							Senioren Tanzen										
17:00-18:00	Handball männl. C									Basketball weibl. U12										
18:00-19:00		Gymnastik Rückenfit Kurs 1	Gymnastik (Opt.) Functionalfit 1		Run & Walk Lauftraining					Gymnastik Functionalfit 1			Handball weibl. C						Leicht-athletik	
19:00-20:00	Handball männl. A	Gymnastik Rückenfit Kurs 2	Gymnastik (Opt.) Functionalfit 2		Run & Walk Nordic-Walking	Handball Männer 1	Handball Männer 1			Basketball weibl. U18 Frauen		Gymnastik Functionalfit 2	Ausgleich-sport						Aktive männl./weibl U16-U20	
20:00-21:00	Handball Männer 2		Gymnastik (Opt.) Cross fitness							Basketball Männer 2		Gymnastik Cross fitness		Tanzsport Freies Training	Handball FSG					
21:00-22:00																				
22:00-23:00																				
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk		Tanzsport				Kurse	
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren		Turnen				Cricket	

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Einhardhalle	Einhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Weizheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen	Gemeindez. St. Marien	Gewerbehalle Zellhausen		Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen
8:00-9:00																				
9:00-10:00																				
10:00-11:00																				
11:00-12:00	Senioren Osteoporoseprophylaxe		Senioren (Opt.) Osteoporoseprophylaxe																	
12:00-13:00																				
13:00-14:00																				
14:00-15:00																				
15:00-16:00	Handball F-Jugend		Karneval Minigarde											Handball Miniballsport						
16:00-17:00																				
17:00-18:00	Handball männl. D					Handball männl. B	Handball männl. B								Senioren Spielesnachmittag					Leichtathletik
18:00-19:00	Basketball männl. U16																			
19:00-20:00																				
20:00-21:00	Basketball Männer 1																			
21:00-22:00																				
22:00-23:00																				
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk			Tanzsport			Kurse	
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren			Turnen			Cricket	

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Einhardhalle	Einhardhalle Taranplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Weizheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen				Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen		
8:00-9:00																						
9:00-10:00																						
10:00-11:00	Musikcorps Ramba-Samba		Musikcorps Ramba-Samba (Opt.)																			
11:00-12:00																						
12:00-13:00																						
13:00-14:00																						
14:00-15:00																						
15:00-16:00					Run & Walk Lauftraining																	
16:00-17:00																						
17:00-18:00																						
18:00-19:00																						
19:00-20:00																						
20:00-21:00																						
21:00-22:00																						
22:00-23:00																						
	Ausgleichsport			Faustball			Handball			Leichtathletik			Run & Walk			Tanzsport			Kurse			
	Basketball			Gymnastik			Karneval			Musikcorps			Senioren			Turnen			Cricket			

Ort Zeit	TGS Halle	TGS Übungsraum	TGS Arena	TGS Freigelände	outdoor	Eimhardhalle	Eimhardhalle Tartanplatz	Merian-schule	Emma-schule	Konrad-Adenauer-Schule	Don-Bosco-Schule	Bürgerh. Klein-Welzheim	Sporthalle Zellhausen	Turnhalle TG Zellhausen				Städtisches Stadion	Riesensaal	Bürgerhaus Froschhausen	
8:00-9:00																					
9:00-10:00																					
10:00-11:00																					
11:00-12:00			Karneval Showtime																		
12:00-13:00																					
13:00-14:00																					
14:00-15:00																					
15:00-16:00																					
16:00-17:00																					
17:00-18:00																					
18:00-19:00																					
19:00-20:00																					
20:00-21:00																					
21:00-22:00																					
22:00-23:00																					
	Ausgleichsport		Faustball			Handball				Leichtathletik			Run & Walk				Tanzsport			Kurse	
	Basketball		Gymnastik			Karneval				Musikcorps			Senioren				Turnen			Cricket	