

Hallenbelegung		TV 1881 Bierstadt e. V. - Turnhalle Am Speiergarten 32 in 65191 Wiesbaden				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
		6.30 - 8.00 Uhr: YOGA für Erwachsene Kurs!* <i>Start ab 14.05. (bis 02.07.2025)</i> <i>in Hybridform</i> ÜL: Angela Apel Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)				
8.45 - 10.00 Uhr: Beckenboden-Training Kurs!* <i>Start ab 30.06. (bis 28.07.2025)</i> Frauen + Männer ÜL: Lydia Snethlage Tel.: 50 00 189 (Ge.st.) / <i>in Hybridf.</i>	9.00 - 10.00 Uhr: Fit und Relaxed Frauen jeden Alters ÜL: Nahid Weißbach Tel.: 24 09 56 35	8.30 - 9.30 Uhr: Qi Gong präventive fernöstl. Gymnastik Frauen + Männer ÜL: Jürgen Matten Tel.: 1 81 74 85	9.00 - 10.00 Uhr: Falun Gong Entspannungsübungen chines. Art Frauen + Männer ÜL: Christiane Cibis, Tel.: 940 68 20	8.45 - 9.50 Uhr: Fitness-Mix Frauen + Männer <i>in Hybridform</i> ÜL: Christiane Schäfer Tel.: 50 99 98	9.00 - 18.00 Uhr: Zur besonderen Verwendung Ansprechpartnerin: Ute Webb, Geschäftsstelle Tel.: 50 00 189	9.15 - ca. 10.15 Uhr: Walking Frauen + Männer Treff: Parkplatz Fliednerschule ÜL: Margit Cappello Tel.: 50 24 01
10.00 - 11.00 Uhr: Gymnastik im Sitzen Frauen + Männer ÜL: Gaby Grothe Tel.: 37 64 54	10.15 - 11.15 Uhr: YOGA 55+ ÜL: Manuela Blackert Tel.: 0 15 11 - 0 74 82 87	9.45 - 10.45 Uhr: Senioren 50+ <i>Einlass um 9.30 Uhr</i> ÜL: Gaby Grothe Tel.: 37 64 54	10.15 - 11.15 Uhr: Senioren 50+ <i>Einlass um 10.00 Uhr</i> ÜL: Gaby Grothe Tel.: 37 64 54	10.15 - 11.15 Uhr: Beckenboden-Training Kurs!* <i>Start ab 09.05. (bis 20.06.2025)</i> Frauen + Männer ÜL: Christiane Schäfer Tel.: 50 99 98 / <i>in Hybridform</i>		10.00 - 11.15 Uhr: Step-Combo in Hybridform als Herz-Kreislauf-Training Frauen + Männer (Fortgeschr.) ÜL: U. Webb, T.: 50 00 189 (Ge.st.) findet aktuell nicht statt!
11.30 - 12.30 Uhr: KITA "Fit For Family Care"					9.30 - 11.30 Uhr: LINEDANCE für Erwachsene Termine 1. Hj. 2025: 29.03., 12.04., 26.04., 10.05., 24.05., 31.05., 21.06. <i>Teilnahme nur nach Voranmeldung bei B. Haberkorn! (zzgl. TN-Gebühr)</i> ÜL: Barbara Haberkorn, Tel.: 2 38 49 42	
					Zur besonderen Verwendung Ansprechpartnerin: Ute Webb, Geschäftsstelle Tel.: 50 00 189	
15.00 - 15.50 Uhr: Kinder-Turnen ca. 4 - 6 Jahre Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Ute Webb Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)	17.00 - ca. 18.15 Uhr **: Walking / Nordic Walking Frauen + Männer Treff: Turnhalle Am Speiergarten 32 ÜL: Sabine Seulberger Tel.: 0 176 - 78 99 61 81 ÜL: Elke Dominik-Kaatz Tel.: 50 11 33	15.00 - 15.50 Uhr: Kinder-Turnen ca. 4 - 6 Jahre Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Ute Webb Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)	15.00 - 16.30 Uhr: Tanzgruppe "Crazy Girls" Mädchen ca. 9 - 10 Jahre	14.30 - 16.00 Uhr: Grundlagen des Gerätturnens Buben ca. 5,5 - 8 Jahre ÜL: Torge Hieke Mail: torge.hie@gmail.com		
16.00 - 16.50 Uhr: Eltern + Kind 1,5 - 4 Jahre Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Ute Webb Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)		16.00 - 16.50 Uhr: Eltern + Kind 1,5 - 4 Jahre Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Ute Webb / Gaby Grothe Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)	ÜL: Elke D'Addario Tel.: 9 57 01 83	16.00 - 18.00 Uhr: Wettkampforientiertes Turnen Mädchen - alle Altersstufen - Aktuell Aufnahmestopp!!!		
17.00 - 18.30 Uhr: Grundlagen des Gerätturnens Mädchen 6 - 8 Jahre Aktuell Aufn.stopp! ÜL: Silja Hieke Mail: hiesito@gmail.com ÜL: T. Strack, Mail: TobiStrack@web.de	17.00 - 18.30 Uhr: Wettkampforientiertes Turnen Mädchen - alle Altersstufen - Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Tobias Strack Mail: TobiStrack@web.de	17.00 - 19.00 Uhr: Grundlagen und fortführende Elemente des Gerätturnens Buben ab 8 Jahre	16.30 - 18.00 Uhr: Tanzgruppe "Dancing Girls" Mädchen ca. 11 - 13 Jahre ÜL: Elke D'Addario Tel.: 9 57 01 83	18.00 - 19.30 Uhr: Grundlagen und fortführende Elemente des Gerätturnens Mädchen ab 8 Jahre Aktuell Aufn.stopp! ÜL: Silja Hieke Mail: hiesito@gmail.com ÜL: T. Strack, Mail: TobiStrack@web.de		Der Hallenbelegungsplan ist in der Geschäftsstelle erhältlich oder bei jedem Übungsleiter. Er kann auch von unserer Homepage www.turnverein-bierstadt.de heruntergeladen werden. Öffnungs- / Sprechzeiten der Geschäftsstelle: montags 10 - 12 Uhr donnerstags 16 - 18 Uhr Tel.: 50 00 189 Fax: 20 47 886 E-Mail: info@tv-bierstadt.de und TV1881Bierstadt@t-online.de
18.45 - 19.45 Uhr: Rücken- und Bodyfitness Frauen + Männer ÜL: Heike Könenkamp Tel.: 9 50 50 69	18.30 - 19.30 Uhr: Fitness- & Funktionstraining Frauen + Männer ÜL: Tobias Strack Mail: TobiStrack@web.de	ÜL: Ingrid Steiger Tel.: 50 96 71 ÜL: Tobias Strack Mail: TobiStrack@web.de	18.00 - 19.00 Uhr: Gelenkschonendes, intensives Workout Frauen + Männer ÜL: Frank Recktenwald Mail: frank.tvb-trainer@outlook.com			
20.00 - 21.00 Uhr: ZUMBA® - Fitness Kurs!* Frauen+Männer <i>Ein Einstieg ist jederzeit möglich!</i> <i>Start ab 07.04. (bis 30.06.2025)</i> ÜL: ZUMBA-Trainerin Aileen Flegner Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)	19.30 - 20.30 Uhr: Fitness- & Funktionstraining Männer ab 16 Jahre Aktuell Aufnahmestopp!!! ÜL: Tobias Strack Mail: TobiStrack@web.de	19.00 - 19.55 Uhr: Bodystyling Frauen + Männer <i>in Hybridform</i> ÜL: Ute Webb Tel.: 50 00 189 (Ge.stelle)	19.00 - 20.00 Uhr: Pilates Frauen + Männer ÜL: Anette Maiberger Tel.: 9 57 04 55 Mail: pilatesanette@gmail.com			
	20.30 - 22.00 Uhr: Fitness + Spiele Senioren 70+ ÜL: Klaus Schneider Tel.: 50 77 75	20.00 - 21.15 Uhr: Step-Combo in Hybridform als Herz-Kreislauf-Training Frauen + Männer (Fortgeschr.) ÜL: U. Webb, T.: 50 00 189 (Ge.st.) findet aktuell nicht statt!	20.00 - 22.00 Uhr: Hallenfußball Männer ÜL: Kurt Schimek Tel.: 50 31 48		 = qualifiziertes gesundheitsförderliches Bewegungsangebot	

* Die jeweils aktuellen Kurstermine sind auf der Homepage des TV Bierstadt nachzulesen.
 Sie werden auch per Aushang in der Turnhalle bekannt gegeben.
 Eine Teilnahme ist nur nach Voranmeldung möglich! Für diese Kurse wird eine zusätzliche Gebühr erhoben.
 ** Sommerzeit (16.00 - ca. 17.15 Uhr; Winterzeit; im Dez. u. Jan. ab 15.30 Uhr)

Stand: 16. Mai 2025
Anmerkung: Änderungen sind mit dem Vorstand abzustimmen.