

## Hallenbelegungsplan Jahnhalle TV 1878 Vallendar e.V.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
09:00	<b>Ganzkörperfitness</b> 09:00 - 10:00 h <i>H. Lenten-Wieland</i>				<b>Krabbelgruppe</b> 09:00 - 12:00 <i>Jeannine Hahn</i>			
09:30								
10:00			<i>Während Corona: Eltern-Kind-Turnen in mehreren Gruppen nach individueller Absprache</i>	<b>Wirbelsäulen- gymnastik</b> 10:00 - 11:00 h <i>Anita Herr</i>		<b>Leistungsturnen männl.</b> 09:30 - 11:15 Uhr <i>Laurenz Lacheta Nico Witt</i>	<b>Yoga</b> 10:00 - 11:30 Uhr <i>Tine Luft</i>	
10:30								
11:00		<b>Leistungsturnen weiblich</b> 11:00 - 13:00 Uhr <i>Kevin Böcking</i>  (Nach Absprache während den Ferien!)						
11:30								
12:00							<b>Leistungsturnen weibl.</b> 11:45 - 13:30 Uhr <i>Alexa Pütz, Janno Kukies</i>	
12:30								
13:00								
13:30								
14:00								
14:30							<b>Leistungsturnen männlich</b> 14:00 - 16:00 Uhr <i>Marco Söhn</i>	
15:00								
15:30			<b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1 - 3 Jahre 15:30 - 16:30 Uhr <i>Christian Hahn</i> <i>(Tel.: 0178-7128 006)</i>	<b>Allgemeines Turnen</b> <b>4 - 6 Jahre</b> 15:30 - 16:20 h <i>Mareike Grund</i>				
16:00	<b>Ballspielgruppe für Kinder</b> 16:00 - 17:30 <i>Marie Ostermann</i>	<b>Turnen männl. Mehrkampf</b> 16:00 - 17:00 Uhr <i>Marco</i>	<i>Eltern-Kind-Turnen</i>	<b>Allgemeines Turnen</b> <b>4 - 6 Jahre</b> 16:30 - 17:20 h <i>Mareike Grund</i>	<b>Leistungsturnen weiblich</b> 15:30 - 18:00 Uhr <i>Alisha Wickert</i>		<b>Volleyball</b> 16:00 - 18:00 Uhr <i>Horst Schmidt</i>	
16:30								
17:00		<b>Allgemeines Turnen männl. ab 7 Jahre</b> 17:00 - 18:00 Uhr <i>Hansi Pretz</i>	<b>Leistungsturnen weiblich</b> <b>17:00 - 19:00 Uhr</b> <i>Alexa Pütz, Alisha &amp; LT männlich Marco Söhn</i>	<b>Allgem. Turnen weibl. 7 - 9 Jahre</b> <b>Leistungsturnen weibl. 7-10 Jahre</b> <i>Janno Kukies</i> 17:30 - 19:00 Uhr				
17:30	<b>Allgemeines Turnen weibl. 9 - 15 Jahre</b> 17:30 - 18:45 <i>Simon Lucht, Jette, Lilli</i>							
18:00		<b>Leistungsturnen männlich</b> 18:00 - 20:00 Uhr <i>Marco Söhn Ludwig + Jan</i>						
18:30					<b>Volleyball</b> 18:00 - 20:00 Uhr <i>Micha Schinke</i>	<b>Turnen weibl. / männl.</b> 18:00 - 20:00 Uhr <i>Ludwig + Marco</i>		
19:00	<b>Wirbelsäulen- gymnastik</b> 19:00 - 20:00 h <i>Anita Herr</i>		<b>Ganzkörperfitness</b> 19:00 - 20:00 h <i>H. Lenten-Wieland</i>	<b>Herzsport</b> 19:00 - 20:30 h <i>Regina Eimermacher-Raczek</i>				
19:30								
20:00	<b>Turnen weibl. / männl. ab 16 Jahre</b> 20:00 - 22:00 Uhr <i>Rafael Pütz</i>	<b>Volleyball</b> 20:00 - 22:00 Uhr <i>Sebastian Schmidt</i>	<b>Fit werden &amp; Fit bleiben</b> (Männer ab 50) 20:00 - 22:00 Uhr <i>Hansi Pretz</i>	<b>Volleyball</b> 20:30 - 22:00 Uhr <i>Sebastian Schmidt</i>				
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								

**Achtung!** Um Begegnungen zu vermeiden, **Übergangszeit von 20 Minuten** zwischen den Gruppen beachten (**roter Balken**)!

D.h. Betreten der Halle 10 Minuten *nach* offiziellem Start,  
Verlassen 10 Minuten *vor* offiziellem Ende

Danke!

Stand: 25.10.2020

Rückfragen oder Änderungen bitte an: [hauptsportwart@tvvallendar.de](mailto:hauptsportwart@tvvallendar.de)