

Turn- und Sportverein Neuhausen-Nymphenburg e.V.

Stievestraße 15 · 80638 München · Tel.: 089 / 17 06 46 · Fax: 089 / 17 04 50 · www.tsvnn.de · tsvnn@tsvnn.de

Sportprogramm Sommer 2010

(Stand 08. Juni 2010)

Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Montag, Dienstag, Mittwoch: 18⁰⁰ – 19³⁰ Uhr und Donnerstag: 15⁰⁰ – 16³⁰ Uhr

Montag

Rücken Fit	08.00-08.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Fit 50plus	09.00-09.55	Heidi Steinberger	Halle G	
Eltern-Kind / Vorschulkinder	10.00-10.55	Heidi Steinberger	Halle D	ab 2,5 Jahren
Basketball Spielgruppe	16.00-17.55	Alex Grelewitz/Michael	Halle A+B	ab 12 Jahren
Turnen / Spiele 4-6 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle D	
Turnen Mädchen 6-10 J.	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle C	
Pilates & Co	16.00-16.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Flexibar - Bodystyling	17.00-17.55	Heike Glasl	Halle G	
Walking-Treff	18.00-19.30	Tobi Dürr, Alex Malterer	outdoor	„Neuling“: 1. Montag im Monat 17.45
Rücken / Ganzkörper Fit	18.00-18.55	Cornelia Mißelbeck	Halle G	
Yoga-Stretch & Relax	19.00-19.55	Cornelia Mißelbeck	Halle G	
Sport Spiel & Spaß	19.30-20.55	Heike Glasl	Halle A	
Volleyball	19.30-21.30	Steffi Kleekämper	Gertrud -	Bäumer-Str 19
Kurs: Fit Boxen	20.00-21.15	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com
Badminton Jugend	18.00-19.30	Badminton-Team	Halle A-D	nur nach Rücksprache
Badminton	19.30-21.55	Badminton-Team	Halle A, C, D	

Dienstag

Qigong	08.00-08.55	Evelyn Heim	Halle G	Fortgeschrittene
Qigong	09.00-09.55	Evelyn Heim	Halle G	Alle
Senioren gymnastik	10.00-10.55	Ernst Wildner	Halle G	
Eltern-Kind	16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle G	ab 3 Jahren
Kleine Spiele 4-6 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle C+D	
Leistungsturnen	16.00-17.55	Martin Huth	Halle A	Rücksprache Huth
Turnen spezial Mädchen ab 10 J.	16.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle D	nach Einteilung der Trainer
Taekwon Do	16.30-17.55	Andi Wildner	Halle B	ab 6 Jahren
Pilates 1	17.00-17.45	Corinna Dürnberger	Halle G	
Pilates 2	17.45-18.30	Corinna Dürnberger	Halle G	
Step-Aerobic Basic	18.30-19.15	Nadja W. (Corinna D.)	Halle G	
Step-Aerobic Fortgeschrittene	19.15-20.00	Nadja Wagner (Corinna)	Halle G	
Senioren gymnastik	18.00-18.55	Elka Epkes	Halle B	
Damengymnastik	19.00-19.55	Elka Epkes	Halle B	
Powergymnastik	20.00-20.55	Eva Schulz	Halle B	
Badminton 1.+2. Mannschaft	19.00-20.55	Badminton-Team	Halle A	nur nach Rücksprache

Mittwoch

Walking-Treff	09.00-10.30	Lisa Schönemann	outdoor	
Wirbelsäule	09.30-10.25	Ernst Wildner	Halle G	
Wirbelsäule / Senioren	10.30-11.25	Ernst Wildner	Halle G	
TSV NN-Kurs: Hip Hop & Jazz	16.00-16.55	Ana-Maria Edelmann	Halle G	
Bauch-Beine-Po-intensiv	17.00-17.25	Susie Schmidt	Halle G	
Kurz-Hantel-Kraft-Trainig-intensiv	17.30-17.55	Susie Schmidt	Halle G	
Fatburner	18.00-18.55	Susie Schmidt	Halle G	
Wirbelsäule	19.00-19.55	Martina Dzienian-Barta	Halle G	
Herrengymnastik + Fußball	19.00-21.55	Rolf Steger	Halle C+D	
Kurs: Fight Nait	19.00-19.55	Andi Wildner	Halle A+B	www.trend-sport-4-you.com
Kurs: Fit Attack	20.00-21.00	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com

Kurs: bedeutet Kurssystem mit variablem Programm und Sondergebühren. Bitte beachten Sie laufend die Ankündigungen an der Infowand am Treppenabgang zur Sporthalle.

Donnerstag

Yoga	08.30-09.55	Martina Lingler	Halle G	
Gymnastik u. Körperbildung	10.00-10.55	Monika Strnad	Halle A+B	
Core-Board	10.00-10.55	Susi Schmidt	Halle G	
Core-Board	11.00-11.55	Susi Schmidt	Halle G	
Eltern-Kind	15.00-15.45 15.45-16.30	Jugendtrainer Team	Halle G	ab 3 Jahren
Mädchen, Buben 4-6 J.	15.00-15.55 16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle A - D	
Mädchen, Buben 4-6, 6-10 J.	16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle A - D	
Mädchenturnen ab 10 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle A+B	
Ballspielgruppe 8-13 Jahre	17.00-17.55	Alex Malterer, Tobi Dürr	Halle C+D	
Taekwon Do	16.30-17.55	Andi Wildner	Halle G	ab 6 Jahren
Body Fit	18.00-18.55	Eva Schulz	Halle G	
Body Conditioning	19.00-19.55	Eva Schulz	Halle G	
Gastveranstaltung: Tai Chi	20.00-21.00	Evelyn Heim	Halle G	Tel.: 1679920
Volleyball	19.30-21.30	Volleyball-Team	Albrechtstr.6	
Badminton Jugend	18.00-19.30	Badminton-Team	Halle A-D	nach
Badminton 1.+2. Mannschaft	19.30-21.55	Badminton-Team	Halle A-D	Rücksprache

Freitag

Wirbelsäulen-Gymn.	08.00-08.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Wirbelsäulen-Gymn.	09.00-09.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Rücken special	10.00-10.55	Daniela Thoms	Halle G	
Pilates & Flexi-Bar	11.00-11.55	Daniela Thoms	Halle G	
Basketball Einsteiger	14:30-16:00	Alex Grelewitz/Michael	Halle A+B	10-12 Jahre
TSV NN-Kurs: Hip Hop & Jazz Anfänger	14.30-15.25	Ana Edelmann	Halle G	ab 8 Jahren
TSV NN-Kurs: Hip-Hop & Jazz Fortgeschrittene	15.30-16.25	Ana Edelmann	Halle G	ab 12 Jahren
TSV NN-Kurs: Hip-Hop & Jazz Dance Traumfänger	16.30-17.55	Ana Edelmann	Halle G	Turniergruppe 1
TSV NN-Kurs: Hip-Hop & Jazz Dance Caramba	18.00-18.55	Ana Edelmann	Halle G	Turniergruppe 1
Kurs: Fight Nait	19.00-20.30	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com
Geräteturnen und Prellball	19.00-20.55	Trudl Ammer / Joh. Rast	Halle A+B	
Leistungsturnen	19.00-20.55	Martin Huth / Richy Grüner	Halle A+B	nach Einteilung der Trainer

Öffnungszeiten des FitnessStudios:

Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08-09	Friedl Vogel				Ernst Wildner		
09-10		Ernst Wildner	Ernst Wildner	Susi Schmidt			
10-11							
11-12							
15-16							
16-17	Andi Wildner / Heike Glasl	Christine Scheidl	Andi Wildner / Susi Schmidt	Nicole Fahrion	Dorota Berger	Conny Schwarzmüller	Thomas Klecker
17-18							
18-19							
19-20							
20-21							

Für die Mitgliedschaft im **FitnessStudio** ist die Mitgliedschaft im Verein Voraussetzung.