

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 Winter 2011

(Stand 15. November 2011)

Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Montag, Dienstag, 18⁰⁰ – 19³⁰ Uhr, **Mittwoch 17⁰⁰ – 19⁰⁰** und Donnerstag: 15⁰⁰ – 16³⁰ Uhr

Montag

Rücken Fit	08.00-08.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Fit 50plus	09.00-09.55	Lisa Schönemann	Halle G	
Basketball Spielgruppe	16.00-17.55	Alex Grelewitz	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	
Bodyfit	16.00-16.55	Isabel Anierte Jimenez	Halle G	
Flexibar - Bodystyling	17.00-17.55	Susi Schwarzenau	Halle G	
Walking-Treff	18.00-19.30	Alex Grelewitz (Anspr.) Maria Oehler	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	Laura Berchtold	Halle A	
Volleyball	19.30-21.30	Steffi Kleekämper	Gertrud -	Bäumer-Str 19
Gast-Kurs: Wild Boxen	20.00– 21.00	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com
Badminton Jugend	18.00-19.30	Badminton-Team	Halle A-D	nur nach
Badminton	19.30-21.55	Badminton-Team	Halle A, C, D	Rücksprache

Dienstag

Qigong	08.00-08.55	Evelyn Heim	Halle G	Fortgeschrittene
Qigong	09.00-09.55	Evelyn Heim	Halle G	Alle
Seniorengymnastik	10.00-10.55	Ernst Wildner	Halle G	
Eltern-Kind-Turnen	16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle G	ab 3 Jahren
Turnen Vorschulkinder 4-6 J.	16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle D	
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
Taekwon Do	16.30-17.55	Andi Wildner	Halle B	ab 6 Jahren
Pilates 1	17.00-17.45	Raya /Nadja Wagner	Halle G	
Pilates 2	17.45-18.30	Raya /Nadja Wagner	Halle G	
BodyFit Basic	18.30-19.15	Raya /Nadja Wagner	Halle G	
BodyFit Spezial	19.15-19.55	Raya /Nadja Wagner	Halle G	
Seniorengymnastik	18.00-18.55	Elka Epkes	Halle B	
LAUF TREFF	18.30-19.30	ohne Trainer	outdoor	Treffpunkt Büro
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
Gastveranstaltung: Zumba	20.00-20.55	Zumba-Team	Halle G	ab 11.10.2011

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	15.00-15.55	Ana-Maria Edelmann	Halle G	ab 8 J. Anfänger
TSV NN-Kurs: Hip Hop & Jazz	16.00-16.55	Ana-Maria Edelmann	Halle G	ab12 J. Fortgeschr
Leistungsturnen weibl. ab 10	18.00-19.55	Jugendtrainer Team	Maria-Ward Schule	Freigabe / Trainern
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	
Basketball Fortgeschrittene	18:00-19:30	Benni/Christian/Alex	Maria-Ward Schule	Mädels 13 - 17J. Jungs 13 - 14 J.
Wirbelsäule	19.00-19.55	Martina Dzienian-Barta	Halle G	
Herrengymnastik + Fußball	19.00-21.55	Rolf Steger	Halle C+D	
Gast-Kurs: Wild-FightNait	19.00-20.00	Andi Wildner	Halle A	www.trend-sport-4-you.com
Gast-Kurs: Wild-Attack	20.00-21.00	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com
TSV NN-Kurs: Jazz-und Modern-Dance	20.00-21.00	Ana-Maria Edelmann	Halle B	Turnier- bzw. Showgruppe
Volleyball	20.00-21.30	Volleyball-Team	Schererplatz 3	

Donnerstag				
Yoga Fortgeschrittene	08.30-09.55	Martina Lingler	Halle G	
Yoga Anfänger	10.00-10.55	Martina Lingler	Halle G	
Gymnastik u. Körperbildung	10.00-10.55	Monika Strnad	Halle A+B	
Core-Board	11.00-11.55	Gym-Trainerteam	Halle G	
Eltern-Kind-Turnen	15.00-15.55 16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle G	ab 3 Jahren
Turnen Mädchen/Buben 4-6 J.	15.00-15.55 16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle A - D	
Mädchen, Buben 4-7 + 7-10J.	16.00-16.55	Jugendtrainer Team	Halle A – D	
Mädchenturnen ab 10 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle A	
Turnen Buben 5-7 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	Halle B	
Ballspielgruppe 8-13 Jahre	17.00-17.55	Jugendtrainer Team	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	
LAUF TREFF	18.30-20.00	Alex Grelewitz /Basti	outdoor	Treffpunkt Büro
Gastveranstaltung: Tai Chi	20.00-21.00	Evelyn Heim	Halle G	Tel.: 1679920
Volleyball	20.00-23.00	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	10.15-11.10	Daniela Thoms	Halle G	
Pilates & Flexi-Bar	11.15-12.10	Daniela Thoms	Halle G	
Basketball Einsteiger	14:30-16:00	Benni/Christian	Halle A+B	10-12 Jahre
TSV NN-Kurs:Jazz- und Modern Dance	16.00-17.25	Jacqueline Kröner	Halle G	Turnier- bzw. Showgruppe
Gast-Kurs: Wild-FightNait	19.00-20.30	Andi Wildner	Halle G	www.trend-sport-4-you.com
Prellball & Geräteturnen	19.00-20.55	Trudl Ammer / Joh. Rast	Halle A+B	
Leistungsturnen	19.00-20.55	Martin Huth	Halle A+B	nach Einteilung der Trainer

Öffnungszeiten des FitnessRaums:

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

Für die Mitgliedschaft im **FitnessRaum** ist die Mitgliedschaft im Verein Voraussetzung.
Kurs: bedeutet Kurssystem mit variablem Programm und Sondergebühren. Bitte beachten Sie laufend die Ankündigungen an der Infowand am Treppenabgang zur Sporthalle.