

Unser Sportangebot – Euer Wochenplan



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00-09:45 Rückenfit Sensitiv Herbert-Giese-Haus	08:30-09:45 Yoga Herbert-Giese-Haus	10:00-11:00 Fit in den Tag Herbert-Giese-Haus	09:00-10:00 Nordic Walking Parkplatz DGH Krautsand	16:00-17:00 Pilates Herbert-Giese-Haus
10:00-10:45 Rückenfit Intensiv Herbert-Giese-Haus	10:00-10:45 Indoor-Cycling 50+ Herbert-Giese-Haus	15-16:00 Ballett Anfänger (3-6) Herbert-Giese-Haus	10:15-11:00 Rheuma-Liga Herbert-Giese-Haus	17:00-18:00 Ganzkörper Workout Herbert-Giese-Haus
11:00-11:45 Bauch-Beine-Po-R Herbert-Giese-Haus	14:15-15:15 Integrationssport Kleine Turnhalle	15:15-16:00 nappydancers® (1,5-4 Jahre) Kleine Turnhalle	15:30-16:30 Box-Fit Kids Herbert-Giese-Haus	17:45-19:00 Herzsport Dreifachturnhalle
15-16:00 Leistungsschwimmen Kehdinger Welle	15:00-16:00 Leichtathletik (6-10) Dreifachturnhalle	15-16:00 Ballett Kids (ab 6) Herbert-Giese-Haus	15:30-16:30 Karate Unterstufe (6-12 Jahre) Kleine Turnhalle	19:00-20:30 Kickboxen Herbert-Giese-Haus
15:30-16:30 Eltern-Kind-Turnen Dreifachturnhalle	15:00-16:00 Vorschulturnen (4-6) Dreifachturnhalle	18:30-19:30 Tabata Kraft Herbert-Giese-Haus	16:30-18:00 Karate Oberstufe (ab 12 Jahre) Kleine Turnhalle	20:30-22:00 Judo Dreifachturnhalle
16:00-17:00 ZUMBA Kids Kleine Turnhalle	16:00-17:00 Alle Tanzen Mit (4-6) Kleine Turnhalle		17:00-18:00 YogaTeens (11-17) Herbert-Giese-Haus	20:30-22:00 Badminton Dreifachturnhalle
16:45-18:00 Judo unter 12 J. Dreifachturnhalle	18:00-19:00 Work-Out Herbert-Giese-Haus		18:30-19:30 BoxFit Herbert-Giese-Haus	
17:15-18:15 Nordic Walking Parkplatz DGH Krautsand (März-Oktober) Kehdinger Stadion (Oktober - März)	18:15-19:15 Fitness Herren 50+ Kleine Turnhalle		18:30-19:30 Fit für Alle Kleine Turnhalle	
18:00-19:30 Judo (ab 14 J.) Dreifachturnhalle	19:00-20:30 Kickboxen Herbert-Giese-Haus		19:00-20:00 L.-schwimmen Kehdinger Welle	
18:00-19:00 Indoor-Cycling Herbert-Giese-Haus	19:30-20:30 Fitness Damen 50+ Kleine Turnhalle		20:00-21:00 Schwimmen Triathl Kehdinger Welle	
19:00-20:00 ZUMBA Herbert-Giese-Haus	20:15-21:15 L.-schwimmen Kehdinger Welle			
20:30-22:00 Badminton Dreifachturnhalle				



Kindersport beim TVG Drochtersen

Montag

15-16:00 Leistungsschwimmen
Kehdinger Welle

15:30-16:30 Eltern-Kind-Turnen
Dreifachturnhalle

16:00-17:00 ZUMBA Kids
Kleine Turnhalle

16:45-18:00 Judo (unter 12 J.)
Dreifachturnhalle

18:00-19:30 Judo (ab 14 J.)
Dreifachturnhalle

Dienstag

15:00-16:00 Leichtathletik (6-10)
Dreifachturnhalle

15:00-16:00 Vorschulturnen (4-6)
Dreifachturnhalle

16:00-17:00 Alle Tanzen Mit (4-6)
Kleine Turnhalle

19:00-20:30 Kickboxen (ab 13)
Herbert-Giese-Haus

20:15-21:15 L.-schwimmen
Kehdinger Welle

Mittwoch

15-16:00 Ballett Anfänger (3-6)
Herbert-Giese-Haus

**15:15-16:00 nappydancers®
(1,5-4 Jahre)** Kleine Turnhalle

15-16:00 Ballett Kids (ab 6)
Herbert-Giese-Haus

Donnerstag

15:30-16:30 Box-Fit Kids
Herbert-Giese-Haus

**15:30-16:30 Karate Unterstufe
(6-12 Jahre)** Kleine Turnhalle

**16:30-18:00 Karate Oberstufe
(ab 12 Jahre)** Kleine Turnhalle

17:00-18:00 YogaTeens (11-17)
Herbert-Giese-Haus

18:30-19:30 Fit für Alle
Kleine Turnhalle

19:00-20:00 L.-schwimmen
Kehdinger Welle

Freitag

19:00-20:30 Kickboxen (ab 13)
Herbert-Giese-Haus

20:30-22:00 Judo (ab 13)
Dreifachturnhalle

für Kinder

Detaillierte Kursbeschreibungen inkl. Altersgrenzen findet ihr auf unserer Webseite www.tvg-drochtersen.de