

TuS-Sportangebot ab Januar 2017 Stand 09.03.2017 16:48 (Handballzeiten Saison 2016/2017)

Hier sind **keine Trainingszeiten der Fußballjugend** aufgeführt, weil sie Spielgemeinschaften mit TSV Artlenburg und FC Echem bilden. Infos dazu in den Schaukästen, beim Jugendobmann Tel. 04139 696230 und www.tus-hohnstorf.de > Fußball > Jugendtraining oder auch direkt: http://www.tus-hohnstorf.de/flyer/JSGElbtal_201516.pdf

Montag	09:00 - 10:00	Bauch-Beine-Po (BBP)	Sporthalle	Anja Brocks	(04153) 2883
	10:00 - 11:00	Gymnastik-Damen 55+	Sporthalle	Anja Brocks	(04153) 2883
	14:00 - 16:00	Gymnastik-Herren 55+	Sporthalle	Wolfgang Wendt	(04139) 696762
	15:00 - 16:00	Handball Minis 1 (Mä. + Ju.)	Sporthalle	Christine Darm	(04139) 695220
	16:00 - 17:30	Handball Minis (Mä. + Ju.)	Sporthalle	Katharina Stutz Info >	(04139) 695220
	17:30 - 19:00	Handball männl. Jugend B	Sporthalle	Gudrun Goeritz	(04139) 68326
	19:30 - 20:30	Zumba® (10-er-Karte f. Nichtmitglieder)	Sporthalle	Alexandra Herm.-Plickat	0160 8015 501
	19:30 - 20:30	"Montagsturner" (Ballspiele)	Sporthalle	Michael Meyer	(04139) 68154
	20:00 - 22:00	Tischtennis Erwachsene	Sporthalle	Günter Bierwirth	(04139) 6745
	20:30 - 22:00	Volleyball (Freizeitpritscher u. Elbfußindianer)	Sporthalle	Ralf Schnalke	0170 4586 645
Dienstag	08:30 - 09:30	Reha Wirbel / Gelenke	Sporthalle	Manuela Werner	(04133) 8527
	09:30 - 10:30	Reha Wirbel / Gelenke	Sporthalle	Manuela Werner	(04133) 8527
	10:30 - 11:30	Reha Wirbel / Gelenke	Sporthalle	Manuela Werner	(04133) 8527
	11:45 - 13:00	Kurs Qigong-Taichi-Chuan	Sporthalle	Manuela Werner	(04133) 8527
	10:00 - 11:00	Eltern-Kind-Turnen	Sporthalle	Adine Oelfke	(04139) 68034
	16:00 - 17:30	Handball gemischte Jugend E	Sporthalle	Angelina Jurisch	0177 600 6487
	17:30 - 19:00	Handball weibl. Jugend A	Sporthalle	Frank Eschke	(04153) 53808
	18:30 - 21:15	Basketball Herren II bis 19:45, dann Herren I	Sporthalle Brietlingen	Lazar Georgiev / M. Fottner	04131 732629
	19:00 - 20:00	Bauch-Beine-Po (BBP)	Sporthalle	Anja Witte	(04139) 7548
	19:00 - 20:00	Reha Erwachs. Wirbelsäulensport	Sporthalle	Daniel Neckel	(04139) 686 88
	19:00 - 20:00	Reha Erwachs. Wirbelsäulensport	Sporthalle	Uwe Diercks	0163 211 3553
	19:00 - 21:00	Fußball 1. Herren / 2. Herren (Florian Rüger)	Sportzentrum	Andreas Langhoff	0170 586 3669
	20:00 - 21:00	Reha Erwachsene Wirbelsäulensport	Sporthalle	Daniel Neckel	(04139) 686 88
	20:00 - 22:00	Fitness und Gesundheit	Sporthalle	Uwe Diercks	0163 211 3553
	2 Gruppen	20:00 - 21:00	Herzsport Anja Brocks / Doris Schroller / Dr. G.Noldt	Sporthalle	Siehe links! Anja Brocks
		Herzsport Doris Schroller /Anja Brocks / Dr. G. Noldt	Sporthalle	S. links! Doris Schroller	(04176) 8243
Mittwoch	08:30 - 10:00	Walking / Nordic-Walking	Sportzentrum	Annegreth Wolter	(04139) 6523
	09:00 - 10:00	Reha Wirbel / Gelenke	Sporthalle	Anja Brocks	(04153) 2883
	10:00 - 11:00	Reha Wirbel / Gelenke	Sporthalle	Anja Brocks	(04153) 2883
	11:15 - 12:15	Reha Lunge	Sporthalle	Anja Brocks	(04153) 2883
	16:30 - 18:00	Basketball U12/U14/U18 in drei Hallendritteln	Sporthalle	div./ Info Tobi Schlender	0176-56385011
	18:00 - 19:00	Basketball Damen	Sporthalle	Tim Skoeries	0151 17214725
	19:00 - 20:30	Basketball Herren I und II	Sporthalle	Lazar Georgiev / M. Fottner	04131 732629
	19:00 - 20:30	Fußball Alte Herren/Altliga	Sportzentrum	Michael Christ	(04139) 68261
	19:00 - 20:30	Laufftreff (ganzjährig)	Sportzentrum	Maria Würzburger	(04153) 520733
	19:00 - 20:00	PILATES (auch 10-er-Karte für Nichtmitglieder)	Sporthalle	Kerstin Detels	(04139) 6680
	19:00 - 20:00	Damen-Gymnastik 20+	Sporthalle	Waltraud Schreyer	(04153) 52824
	20:30 - 22:00	Handball Damen 1 u. 2 (auch mit Gudrun Goeritz)	Sporthalle	Heike Kappertz	(04139) 7991394
Donnerstag	08:30 - 09:30	Walking / Nordic-Walking für Einsteiger	Sportzentrum	Annegreth Wolter	(04139) 6523
	09:30 - 10:30	Fitness vormittags	Sporthalle	Waltraud Schreyer	(04153) 52824
	10:00 - 11:30	Kindertagesstätte Hohnstorf Deichzwerge	Sporthalle	Heike Jacobsen	(04139) 6654
	14:00 - 15:00	Kinderturnen	Sporthalle	Adine Oelfke	(04139) 68034
	15:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (in zwei Gruppen)	Sporthalle	Adine Oelfke	(04139) 68034
	17:30 - 19:00	Handball weibl. Jugend D	Sporthalle	Frank Eschke	(04153) 53808
		Handball weibl. Jugend D	Sporthalle	Heike Kappertz	(04139) 7991394
	19:00 - 22:00	Handball Herren	Sporthalle	Ralf Kappertz	(04139) 7991394
	19:00 - 21:00	Fußball 1. und 2. Herren (Florian Rüger)	Sportzentrum	Andreas Langhoff	0170 586 3669
	20:00 - 21:00	Zumba® (10-er-Karte für Nichtmitglieder)	Sporthalle	Alexandra Herm.-Plickat	0160 8015 501
	20:00 - 22:00	Volleyball (Elbfußindianer)	Sporthalle	Benjamin Plaumann	0176 2153 9281
Freitag	10:00 - 11:00	Reha Erwachsene Wirbelsäulensport	Sporthalle	Silke Duen	(04153) 5919691
	Neu → 11:00 - 12:00	Reha Erwachsene Wirbelsäulensport	Sporthalle	Silke Duen	(04153) 5919691
	14:30 - 15:30	Wirbelsäulen-Sport (für Mitglieder)	Sporthalle	Uwe Diercks	0163 211 3553
	15:30 - 17:00	Basketball U10, U12 und U14	Sporthalle	div./ Info Tobi Schlender	0176-56385011
	17:00 - 18:30	Basketball männl. U18	Sporthalle	Christian Mey	0163 7771089
	18:30 - 20:00	Basketball Herren I und II	Sporthalle	Lazar Georgiev / M. Fottner	04131 732629
	20:00 - 22:00	Tischtennis Erwachsene	Sporthalle	Günter Bierwirth	(04139) 6745
Samstag	09:00 - 10:00	Handball (nur während Sommerzeit)	Sporthalle	Nils Beusch	(04136) 911 624
	10:00 - 13:00	Fußball-Jugend	Sporthalle	Roman Gerth	(04139) 799 191
	17:00 Sommer	Laufftreff Winterzeit ab 15:30 Uhr	Sportzentrum	Maria Würzburger	(04153) 520733
Sonntag	10:00 - 12:00	Radsport (bei Dirk Dittmer anfragen!)	Sporthalle/-zentrum	Dirk Dittmer	(04155) 499 628
	Tennistraining	wird individuell verabredet	Sportzentrum	Elke Draack	(04139) 6246

Obwohl wir uns um Aktualität bemühen, sind Änderungen immer möglich!