


Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Uhrzeit	
7:45 --->	Klasse 5 Mündlein / Zschau	Step - Aerobic		Klasse 6 / 7 Baur / Vogentanz				7:45 --->	
8:00 --->									8:00 --->
8:30 --->									8:30 --->
9:00 --->			Kerstin Pfeuffer 7:45 - 8:45 Uhr						9:00 --->
9:15 --->									9:15 --->
9:35 - 10:20		Klasse 2a Zeier	Klasse 3a Förster	Klasse 1a Förster				9:35 - 10:20	
10:20 - 11:05						Basketball U12 mix und weiblich Andre Zühlke 11:00 - 12:30 Uhr	Turnen junge Erwachsene Malo Plisson 11:00 - 12:30 Uhr	10:20 - 11:05	
11:15 - 12:00	Klasse 4a Stumpner	Klasse 3a Zeier		4B GS H. Wurl	Klasse 4b Brand-Gerasch	Basketball U14 weiblich Sonja Zühlke 12:30 - 14:00 Uhr		11:15 - 12:00	
12:00 - 12:45						Basketball U14 männlich Sebastian Schemm / C.J. Goliday / Jonas Maier 14:00 - 15:30 Uhr		12:00 - 12:45	
13:30 - 14:15		Klasse 8 / 9 Jandl / Mündlein				Basketball U16 männlich Sebastian Schemm / C.J. Goliday / Jonas Maier 15:30 - 17:00 Uhr		13:30 - 14:15	
14:15 - 15:00								14:15 - 15:00	
15:00 --->	Kinderturnen ab 4 Jahre	Mutter u. Kind Turnen bis 4 Jahre Gruppe 1 Monica Kaiser 15:00 - 16:00 Uhr			FCM / SG U15 Robert Schöffler 15:30 - 17:00 Uhr			15:00 --->	
15:30 --->								15:30 --->	
16:00 --->	Eva Rabenstein, Sorina Käfer 15:00 - 16:30 Uhr	Mutter u. Kind Turnen bis 4 Jahre Gruppe 2 Monica Kaiser 16:00 - 17:00 Uhr	Mädchenturnen 1. - 4. Klasse	Basketball U9 mixed Sonja Zühlke / Jürgen Sodemann 15:45 - : 16:45 Uhr				16:00 --->	
16:30 --->	Bubenturnen 1. - 4. Klasse			Basketball U10 mixed Ceoffrey Carlisle 15:45 - : 17:15 Uhr				16:30 --->	
17:00 --->		FCM / SG U11 Patrik 17:00 - 18:30 Uhr	Linda Kümmelschuh, Patrizia Köhler, Gudrun Knott, Hugo Reiter 16:00 - 18:00 Uhr	Basketball U14 weiblich Sonja Zühlke 17:15 - 18:30 Uhr	Jugend - Erwachsene Tischtennis Thomas Popp, Daniel Sulzbacher 17:00 - 18:30 Uhr			17:00 --->	
17:30 --->	Helge Reiter, Johannes Knott 16:30 - 18:00 Uhr					FCM SG U13 Achim Bräunel 17:00 - 18:00 Uhr		17:30 --->	
18:00 --->	Mädchen und Buben ab 5. Klasse	Basketball U14 und U16 männlich Sebastian Schemm / C.J. Goliday / Jonas Maier 18:30 - 20:00 Uhr	Fitness- u. Schongymnastik Hugo Reiter, Monica Kaiser 18:30 - 19:45 Uhr	Volleyball für alle Harald Müller 18:30 - 21:00 Uhr	Badminton Jugend Hans Bretz / Gerald Warstat 18:30 - 20:00 Uhr	FCM / SG Alte Herren Ronny 18:00 - 19:30 Uhr		18:00 --->	
18:30 --->								18:30 --->	
19:00 --->	Sonja Süß, Ina Gerber, Helge Reiter, Johannes Knott 18:00 - 19:30 Uhr		Turnen u. Spiele für Jugend u. Erwachsene Hertschi Schmidt 19:45 - 21:00 Uhr		Badminton für Erwachsene Andrea Remler, Matthias Hofmann 20:00 - 22:00 Uhr			19:00 --->	
19:30 --->								19:30 --->	
20:00 --->	Aerobic / Step - Aerobic			Fit for Fun für Frau und Mann Birgit Caspari, Gerda Hubel 20:00 - 21:30 Uhr				20:00 --->	
20:30 --->								20:30 --->	
21:00 --->	Iris Förster 19:45 - 21:15 Uhr							21:00 --->	
21:30 --->		Harald Müller 20:00 - 22:00 Uhr						21:30 --->	
22:00 --->								22:00 --->	

Grundsätzlich kann der Fitnessraum immer dann benutzt werden, wenn ein Übungsleiter des TV Mainstockheim in der Sporthalle eine Stunde abhält.

Aktivitäten Außerhalb der Sporthalle Mainstockheim				
Dienstag 18:00 - 19:30 Uhr		Yoga	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Monica Kaiser
Dienstag 19:30 - 20:00 Uhr	Anfänger	Country - Line u. Westerndance	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Iris Pfister
Dienstag 20:00 - 21:30 Uhr	Fortgeschrittene	Country - Line u. Westerndance	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Iris Pfister
Jeden 2. Mittwoch 20:00 - 21:30 Uhr		Volkstanz	Im Vereinsheim / Feuerwehrhaus Mainstockheim	Ulrike und Walter Lipinski, Doris Jünger