

Sportangebot / Übungsstunden		TV Metjendorf 04		Stand: 16. Januar 2018	
<b>Turnen</b>	<b>Abteilungsleitung:</b>	<b>Daniela Brolle</b>	<b>Tel.: 0441-3046558</b>		
Eltern-Kind-Turnen	bis 4 Jahre	Mittwoch	10:30 - 11:30	Alte Halle	D. Brolle
	1,5 bis 4 Jahre	Dienstag	15:30 - 17:00	Alte Halle	R. Camino
Kinderturnen "Erlebnisturnen"	1,5 bis 4 Jahre	Donnerstag	15:30 - 16:30	Neue Halle	S. Ahlf
	4 bis 5 Jahre	Dienstag	16:00 - 17:00	Neue Halle	D. Steinke
	6 bis 7 Jahre	Dienstag	17:00 - 18:00	Neue Halle	D. Steinke
	4 bis 6 Jahre	Mittwoch	16:00 - 17:00	Neue Halle	S. Watermann
Geräte-Turnen für Kinder		Freitag	15:30 - 16:30	Neue Halle (Mitte)	Katrin Klein
<b>Gesundheitssport</b>					
Reha-Sport	Frauen und Männer	Dienstag	19:30 - 20:15	Neue Halle	O. Wehrkamp
Wirbelsäulengymnastik	Frauen und Männer	Dienstag	20:30 - 21:30	Alte Halle	O. Wehrkamp
Psychomotorische Bewegungsförderung	Kinder	Mittwoch	11:45 - 12:30	Alte Halle	D. Brolle
Pilates (Fortgeschrittene)	Frauen und Männer	Dienstag	18:30 - 19:30	Alte Halle	A. Erdmann
Pilates für den Rücken - Anfänger	für Frauen	Freitag	19:10 - 20:10	KiGa Metjendorf	F. Kühn
<b>Trampolin</b>					
Trampolin	Schüler/Jugendliche	Montag	17:30 - 19:00	Alte Halle	W. Fabich
	ab 6 Jahre / Anfänger	Freitag	14:30 - 16:30	Neue Halle	F.-O. Sauer / J. Aktepe
	Leistungsstrain. nach Vereinb.	Samstag	08:00 - 12:00	Alte Halle	W. Fabich
Anfänger/Fortgeschrittene		Sonntag	18:00 - 20:00	Alte Halle	
<b>Turnen</b>	<b>Abteilungsleitung:</b>	<b>Sabrina Schubert</b>	<b>0171-4142967</b>		
Kükenballet	4 bis 6 Jahre	Donnerstag	16:45 - 17:30	KiGa Metjendorf	F. Kühn
Gymnastik und Tanz	7 bis 12 Jahre	Montag	15:30 - 17:00	Alte Halle	S. Apukthina
	7 bis 12 Jahre	Donnerstag	15:30 - 17:00	Alte Halle	
Jazz - Dance	1. + 2. Klasse	Mittwoch	15:45 - 16:45	Alte Halle	K. Kost
	3. + 4. Klasse	Donnerstag	15:45 - 16:45	KiGa Metjendorf	
	5. Klasse	Donnerstag	17:00 - 18:00	Alte Halle	
	6. Klasse	Mittwoch	16:45 - 17:45	Alte Halle	
	7. + 8. Klasse	Donnerstag	18:00 - 19:00	Alte Halle	
	9. Klasse	Mittwoch	17:45 - 18:45	Alte Halle	
	ab 10. Klasse	Mittwoch	18:45 - 19:45	Alte Halle	
Hip-Hop	ab 15 Jahre	Donnerstag	19:00 - 20:00	Alte Halle	J. Kuhnke
Zumba	Männer und Frauen	Mittwoch	19:15 - 20:00	Aula Grundschule	Alejandro Duemas
Bodyfitness	für Frauen	Montag	19:00 - 20:00	Alte Halle	C. Steinke
Bodyfitness	für Frauen	Donnerstag	08:30 - 09:30	Neue Halle	C. Mintken
Frauengymnastik	Frauen	Montag	17:30 - 18:30	Neue Halle I-III	S. Apukthina
	50 +	Dienstag	09:30 - 10:30	Neue Halle I-III	C. Mintken
		Dienstag	19:30 - 20:30	Alte Halle	A. Erdmann
Tanz und Bewegung im Sitzen	50 +	Donnerstag	09:00 - 10:30	CASA	S. Apukthina
Turnen für Ältere		Montag	14:15 - 15:15	CASA	W. Weirauch
Männer - Freizeitsport		Montag	20:00 - 21:30	Alte Halle	K. Halle
Karate	<b>Ansprechpartner:</b>	<b>Geschäftsstelle</b>	<b>0441-681419</b>		
Karate	7 bis 14 Jahre / Anfänger	Dienstag	17:00 - 18:25	Alte Halle	A. Pieperjohanns / A.-L. Moorbeck
	8 bis 14 Jahre / Fortgeschrittene	Dienstag	18:00 - 19:30	Neue Halle	M. Gerdes-Röben
	ab 16 und Erwachsene	Freitag	18:00 - 19:30	Alte Halle	J. Schulze
Tischtennis	<b>Abteilungsleiter:</b>	<b>Frank Lütke</b>	<b>0441-664855</b>	<b>Gerald Wiese</b>	<b>0441-66183</b>
Jugendliche	Anfänger	Dienstag / Freitag	15:30 - 16:30	Neue Halle I und II	G. Wiese
	Fortgeschrittene	Dienstag / Freitag	16:00 - 17:30		
Damen und Herren		Dienstag / Freitag	20:00 - 22:00	Neue Halle I und II	G. Eilers
		Freitag	20:00 - 22:00	Neue Halle III	
Volleyball	<b>Ansprechpartner:</b>	<b>Mario Beyer</b>	<b>0170-5449599</b>		
Hobby-Gruppe	Erwachsene	Dienstag	19:30 - 22:00	Neue Halle	S. Gollup
Basketball	Erwachsene	Mittwoch	19:45 - 21:30	Alte Halle	M. Schelling
<b>Badminton</b>	<b>Abteilungsleitung</b>	<b>Tim Puls</b>			
Schüler / Jugendliche	bis 11 Jahren	Mittwoch	18:00 - 19:30	Neue Halle	N. Rodefeld H. Lütjerschen C. Franzmann
	ab 12 Jahren	Mittwoch	18:45 - 20:00	Neue Halle	N. Rodefeld H. Lütjerschen C. Franzmann
Erwachsene		Montag	18:30 - 20:00	Neue Halle	T. Puls
		Mittwoch	20:00 - 22:00		
		Freitag	20:00 - 22:00		
<b>Tennis</b>					
Jugendliche	Jugendtraining	Dienstag	15:00 - 19:00	Tennisanlage	B. Ahsendorf
		Mittwoch	15:00 - 19:00		
Erwachsene	Damen u. Herren	Montag	18:00 - 20:00		
	Damengruppe	Dienstag	09:00 - 11:00		
	Damen 30	Mittwoch	18:00 - 20:00		
	Herren 50	Dienstag	18:00 - 20:00		
	Herren 30 und 40	Donnerstag	18:00 - 20:00		
Nordic Walking	<b>Ansprechpartner:</b>	<b>Geschäftsstelle</b>	<b>0441-681419</b>		
Nordic Walking	Erwachsene	Dienstag	18:30 - 19:30	Bürgerbusch	S. Watermann
Walking		Mittwoch	17:30 - 18:30		
<b>Leichtathletik</b>					
	Kinder 1.- 4. Klasse	Dienstag	16:00 - 17:30	Sportplatz	H. Möller / H. Pilawa
		Freitag	15:00 - 16:30	Sportplatz / Alte Halle	
		Dienstag	18:00 - 19:30	Sportplatz	
		Freitag	16:30 - 18:00	Sportplatz / Alte Halle	
<b>Sportabzeichen</b>	<b>Ansprechpartner:</b>	<b>Hanna Pilawa</b>			
	Mai bis August	Montag	18:00 - 19:00	Sportplatz	H. Pilawa / N. Leinigen
<b>Fußball</b>					
<b>Abteilungsleitung Herren: G. Schulz</b>					
1. Herren		Montag u. Mittwoch	19:30 - 21:00	Sportplatz	D. Mandock / P. Köhncke
2. Herren					T. Meinders / G. Schulz
U-40		Mittwoch	19:00 - 21:00		H. Becher
U-48					D. Schröder
A-Jugend		Dienstag u. Donnerstag	18:00 - 19:30		M. Janßen
C-Jugend		Montag u. Donnerstag	18:00 - 19:30		N. Rosenstengel / L. Beyer
D-Jugend		Montag u. Donnerstag	17:30 - 19:00		A. Rensen / G. Siefken
E-Jugend		Montag u. Donnerstag	17:30 - 19:00		T. Helmerichs / S. Martini
F-Jugend		Mittwoch	16:30 - 17:45		D. Kahn
G-Jugend		Donnerstag	16:00 - 17:30		G. Großkreuz / M. Wempe
Mädchen D-Jugend		Montag	17:30 - 19:00		T. Schabacker
		Mittwoch	17:30 - 19:00		A. Schabacker
Mädchen E-Jugend		Mittwoch	16:00 - 17:00		