

## Sportliche Angebote TSV Uelversheim – Stand: April 2017

### 1. Abteilung Turnen u. Kickboxen / Belegungsplan Turnhalle Uelversheim (Stand: 01/2017)

#### Montag:

18.00 - 19.00 Uhr	Tanzgruppe „Girls in Motion“ 9-16 Jahre
19.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik/Fit in die Woche
20.00 - 21.30 Uhr	Kickboxen Jugend ab 14 Jahre +Erwachsene

#### Dienstag:

18.00 – 19.00 Uhr	Rückenschule
19.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik <b>Landfrauen</b>
20.00 - 21.00 Uhr	Fitnessstraining „Sporties“

#### Mittwoch:

08.45 - 09.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
09.45 – 10.45 Uhr	Rückenfitkurs
16.00 – 17.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen
17.00 - 18.30 Uhr	Mädchenturnen ab 6 Jahre
18.30 - 20.00 Uhr	evtl. Kursangebote
20.00 – 22.00 Uhr	Männerballett (Saison; Training überwiegend im DGH)

#### Donnerstag:

09.00 – 10.30 Uhr	Trittsicher durchs Leben ( <b>Landfrauen</b> )
17.30 – 19.00 Uhr	Kickboxen Kids 8-13 Jahre
19.00 – 20.00 Uhr	Powerpunch ab 14 Jahre + Erw.
20.00 - 21.30 Uhr	Kickboxen Jugend ab 14 Jahre +Erwachsene

#### Freitag:

16.45 – 17.30 Uhr	Kleinkinderturnen 3-4 Jahre
17.30 – 18.15 Uhr	Kleinkinderturnen 5-6 Jahre

#### Samstag:

- Zusätzliche Trainingseinheiten Abt. Turnen und Kickboxen

13:00 – 15:00 Uhr *Akrobatikgruppe (private Gruppe von Michele Münchberger)*

*(Ist mit der Gemeinde und VG abgeklärt) – Anmerkung: wurde seit Monaten aber nicht durchgeführt -*

#### **Anmerkung:**

**Nach Besichtigung der Unfallkasse Rheinland-Pfalz ist eine uneingeschränkte Nutzung der Turnhalle nicht möglich. Für Ballspiele, wie z.B. Fußball, Handball, Volleyball usw. ist die Konstruktion der Halle nicht geeignet.**

### 2. Abteilung Fußball – Mannschaften TSV Uelversheim einschl. aller aktuellen Spielgemeinschaften mit Beteiligung TSV Uelversheim

- G-Junioren /Bambini)
- F-Jugend
- E-Jugend
- Aktiven Mannschaft Herren
- AH SG Uelversheim/Dalheim
- sowie Spielgemeinschaften Jugend
- E-Jugend 2 SG Rhein-Selz (Dalheim II)
- D-Jugend SG Rhein-Selz (Dienheim)
- C-Jugend C9 SG Rhein-Selz (Dexheim)
- B-Jugend SG Rhein-Selz (Nierstein)
- A-Jugend SG Rhein-Selz (Friesenheim)

### 3. Weitere TSV Angebote:

- Walking, 2 x wöchentlich
- Nordic-Walking, 1 x wöchentlich
- Lauftreff, 1 x wöchentlich sowie immer wechselnde Kursangebote, aktuell
- Jumping-Fitness-Kurse → Zurzeit laufen **5 Kurse** wöchentlich – alle im DGH Uelversheim