

Sportangebot / Übungsstunden		TV Metiendorf 04	Stand: 01.11.2020	
Turnen	Abteilungsleitung:	Sabine Ahlf: sahlf@ewetel.net	Hallenteil	Leitung
Eltern-Kind-Turnen	1,5 bis 4 Jahre	Montag	15:30-17:00	3
"	1,5 bis 4 Jahre	Dienstag	15:30 - 17:00	3
"	1 bis 4 Jahre	Donnerstag	15:45 - 17:00	3
Kinderturn. "Erlebnisturn."	4 bis 5 Jahre	Dienstag	16:00 - 17:00	2
"	6 bis 7 Jahre	Dienstag	17:00 - 18:00	2
"	4 bis 6 Jahre	Mittwoch	16:00 - 17:00	3
Turnen für Ältere	Seniorengruppe (Frauen)	Donnerstag	10:00 - 11:00	CASA S.Ahlf
Frauengymnastik	Frauen	Montag	19:00 - 20:00	3 S. Apukthina
	Gymnastik Frauen	Dienstag	09:00 - 10:00	C. Mintken
Bodyfitness	für Frauen	Montag	18:30 - 19:30	Mensa C. Steinke
Bodyfitness	für Frauen	Donnerstag	08:30 - 09:30	C. Mintken
Hiit	Frauen und Männer	Mittwoch	18:00-19:00	Schule C. Steinke
Mixed Fitness	Frauen und Männer	Dienstag	18:30-19:30	Mensa I.Lachnit
Rhythmische Sportgymnastik	10 bis 13 Jahren	Mittwoch	16:00 - 18:00	2 S. Apukthina
	6 bis 9 Jahre	Donnerstag	15:30 - 17:30	1
Akrobatik/Geräteturnen	ab 6 Jahre	Donnerstag	17:00 - 18:30	2 H. Pilawa
Gesundheitssport	Abteilungsleitung:	Sabine Ahlf : sahlf@ewetel.net		
Reha-Sport	Frauen und Männer	Dienstag	19:30 - 20:30	2 O. Wehrkamp
Wirbelsäulengymnastik	Frauen und Männer	Dienstag	20:30 - 21:30	2 O. Wehrkamp
Pilates	Frauen und Männer	Montag	19:00 - 20:00	2 C.Kühn
Männer - Freizeitsport		Montag	20:00 - 21:30	3 K. Halle
Tanzen	Abteilungsleitung:	Sabine Ahlf: sahlf@ewetel.net		
Jazz - Dance/Hip Hop	ab 6 - 8 Jahre (Jazz)	Mittwoch	17:00 -18:00	Mensa Malin
	ab 10 - 15 Jahre (Hip Hop)	Donnerstag	16:00 - 17:00	Mensa F.Krezewina
	ab 10 - 13 Jahre Jazz	Donnerstag	17:00 - 18:00	Mensa Nica+Paula
	ab 15 - 19 Jahre (Hip Hop)	Donnerstag	18:00 - 19:00	Mensa N.N.
	ab 18 Jahre (Hip Hop)	Donnerstag	19:00 - 20:00	Mensa N.N.
	ab 13 - 15 Jahre (Jazz)	Sonntag	16:00 - 17:30	Mensa N.N.
	ab 16 - 23 Jahre (Jazz)	Sonntag	17:30 - 19:00	Mensa N.N.
Zumba	Frauen u. Männer	Montag	20:00 - 21:00	2 C.Kühn
Kindertanzen	Mädchen u. Jungs	Montag	16:30 - 17:15	1 L. Uhrig
Tanztiger	Mädchen u. Jungs	Donnerstag	16:00 - 17:00	2 Laura+Miriam
Karate	Abteilungsleitung:	Sabine Ahlf: sahlf@ewetel.net		
Karate	7 bis 14 Jahre / Anfänger	Dienstag	17:00 - 18:30	3 A. Pieperjohanns /
Ringen	Kinder u. Jugendliche	Mittwoch	15:30 - 17:00	1 Pavel
Trampolin	Abteilungsleitung:	Sabine Ahlf: sahlf@ewetel.net		
Trampolin	Schüler/Jugendliche	Montag	17:30 - 19:00	3 W. Fabich
	ab 6 Jahre / Anfänger	Freitag	14:30 - 16:30	3 F.-O. Sauer / J. Aktepe
Tischtennis	Abteilungsleitung:	Frank Lüthke 0441-664855	Gerald Wiese 0441-66183	
Jugendliche	Anfänger	Dienstag	17:30 - 20:00	1 G. Wiese
Erwachsene		Dienstag	20:00 - 22:00	1
		Freitags	15:00 - 22:00	1 G. Eilers
Volleyball	Ansprechpartner:	Stephan Gollub:	stephan.gollub@ewetel.net	
	Erwachsene	Dienstag	19:30 - 22:00	3 S. Gollup
Badminton	Abteilungsleitung:	Tim Puls: tim.puls@badminton-tvm.de		
Schüler / Jugendliche	bis 11 Jahren	Mittwoch	17:00 - 20:00	1+2+3 N. Rodefeld
	ab 12 Jahren	Mittwoch	18:45 - 20:00	1+2+3 N. Rodefeld
Erwachsene		Montag	18:30 - 22:00	1 T. Puls
		Mittwoch	20:00 - 22.00	1+2+3
		Freitag	20:00 - 22:00	2+3
Leichtathletik	Ansprechpartner:	Heiner Möller: heiner.moeller1@gmx.de		
	Kinder 1. - 4. Klasse	Dienstag	15:30 -17:30	Sportp./Halle 1 H. Möller
		Dienstag	18:00-19:30	Sportp./Halle 2 H. Möller
		Freitag	15:30 -18:00	Sportp./Halle 1 H. Möller
Nordic Walking	Ansprechpartner:	Geschäftsst. 0441 - 681419		
Nordic Walking / Walking	Erwachsene	Mittwoch	17:30 - 18:30	Bürgerbusch S. Watermann
Sportabzeichen	Ansprechpartner:	Hanna Pilawa Tel.: 01703536978		
	Mai bis September	Montag	18:00 - 19:00	Sportplatz H.Pilawa/N.Leinigen
Tennis	Abteilungsleitung:	Oliver Majer: oliver.majer@web.de		
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	B. Ahsendorf
	Herren 50	Dienstag	18:00 - 20:00	
	Herren 30 und 40	Donnerstag	18:00 - 20:00	
Fußball	Abteilungsleitung:	Lutz Hölzenbein: lutz.hoelzenbein@web.de		
1. Herren		Mo. u. Mi.	19:30 - 21:00	Sportplatz C. Klammer/K. Schröder
2. Herren		Mo. u. Mi.	19:30 - 21:00	" Robin Hansla
Ü - 40		Mittwoch	19:30 - 21:00	" H. Becher
Ü - 48				H. Busch
A - Jugend		Di. u. Do.	18:00 - 19:30	" Leon Beyer/ Tobias
B - Jugend		Mo. u. Do.	18:00 - 19:30	" A. Rensen / G. Siefken
D - Jugend		Mittwoch	16:30 - 17:45	" S. Martini / D. Spieker
F1 - Jugend		Donnerstag	16:00 - 17:30	" G. Großkreuz /
F2 - Jugend		Mittwoch	16:00 - 17:30	" L. Hözenbein/B. Martini
G-Jugend		Donnerstag	16:00 - 17:00	" Kai Kampmann
B - Juniorinnen		Mo. u. Mi.	18:00 - 19:30	Post/Metjend. T. Schabacker
C - Juniorinnen		Mo. u. Mi.	18:00 - 19:30	Post/Metjend. T. Schabacker