

# Sportprogramm im Überblick



Wochentage **TV Jahn Halle:**

**Schulsporthalle:**

Montag 15:30 – 16:25 Uhr **Turnen Kids**(3-6 Jahre)  
 16:30 – 17:25 Uhr **Turnen Kids**(6-8Jahre)  
 17:30 - 19:00 Uhr **Koreanischer Kampfsport Ho Sin Do**  
 19:00 – 20:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs ab 14 Jahre)  
 20:00 – 21:45 Uhr **Sport und Spiel Herren** (50+)

18:30 – 19:30 Uhr **Rückenschule**  
 19:30 – 20:45 Uhr **Funktionsgymnastik Damen**

Dienstag 08:15 -9:45 Uhr **Qi Gong**  
 10:00 - 11:00 Uhr **Athletik/Bodyforming** (Kurs)  
 17:00 – 18:00 Uhr **Präventionsgymnastik Damen**  
 18:00 – 19:00 Uhr **Zumba Fitness** (Kurs)  
 19:00 – 20:00 Uhr **Boxen** (Kurs ab 14 Jahre + Erwachsene)  
 20:15 – 21:30 Uhr **Groupfitness**

19:00 – 20:30 Uhr **Prellball**  
 20:30 – 22:00 Uhr **Ballsport Männer** (ab 18 Jahre)

Mittwoch 15:30 – 16:30 Uhr **Eltern-Kind Turnen**  
 16:45 – 17:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs ab 7 -14 Jahre)  
 17:00 – 18:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs ab 7 – 14 Jahre)  
 19:00 - 20:30 Uhr **Konditionstraining Herren**  
 20:30 – 22:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs Junioren + Erwachsene)



# Sportprogramm im Überblick



Wochentage **TV Jahn Halle:**

**Schulsporthalle:**

Donnerstag 15:30 – 16:30 Uhr **Minion Fighter** (Kurs ab 4 -6 Jahre)  
16:30 -18:00 Uhr **Speedstacking**  
18:00 – 19:30 Uhr **Boxen** (Kurs ab 14 Jahre + Erwachsene)  
19:45 – 21:15 Uhr **Yoga**

**20:30Uhr -22:00 Uhr Freizeit Volleyball**

Freitag 08:15 – 9:45 Uhr **Qi Gong**  
10:00 – 11.00 Uhr **Athletik/ Bodyforming** (Kurs)  
15:00 – 16:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs 7-14 Jahre)  
16:00 – 17:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs ab 7-14 Jahre)  
17:00 – 18:30 Uhr **Koreanischer Kampfsport Ho Sin Do**  
18:30 – 20:00 Uhr **Kickboxen** (Kurs ab 14 Jahre + Erwachsene)  
20:00 – 21:00 Uhr **Skigymnastik** (Kurs Nov. bis Febr.)

Nähere Informationen finden sie auf der Homepage: [www.tv-sinn.de](http://www.tv-sinn.de)

Stand Oktober 2019

