Prävention, Gesundheitssport & Fitness

Aroha

Montag	20.00 – 20.45 Uhr	GH
Nicole Hauser		0152/53222680

Power-Fitnessgymnastik

Dienstag	19.30 – 20.30 Uhr	TV
Bernd Maier-Scharf		09151/907570

Step-Aerobic

Mittwoch	19.35 – 20.20 Uhr	TV
Nicole Hauser		09151/71692

Fitness-Gymnastik Damen

Mittwoch	18.45 – 19.30 Uhr	TV
Ingrid Dümmler		09151/82694

Wirbelsäulen-Gymnastik

Donnerstag		
Gruppe 1	17.45 – 18.30 Uhr	TV
Gruppe 2	18.45 – 19.30 Uhr	TV
Martina Aichert		09154/8495

Gymnastik Damen 60+

Montag	18.00 – 19.00 Uhr	
Kath. Pfarrgemeindesaal Amberger Straße		
Martina Aichert		09154/8495

Senioren-Gymnastik Damen

Montag	14.00 – 14.45 Uhr	TV
Ingrid Dümmler		09151/82694

Senioren-Fitness Herren 60+

Dienstag	18.30 – 19.30 Uhr	TV
Nicole Hauser		09151/71692

Herzsport/Koronar

Samstag		
Gruppe 1	08.30 – 10.00 Uhr	GYM
Gruppen 2 und 3	10.00 – 11.30 Uhr	GYM
Hildegard Schreiber		09151/862262

Teilnahme nur mit ärztlicher Verordnung; ärztliche Aufsicht anwesend

Rehasport Orthopädie & Sport und Bewegung für alle

Dienstag		
Gruppe 1	14.00 – 15.00 Uhr	TV
Gruppe 1	15.00 – 16.00 Uhr	TV
Gruppe 2	17.00 – 18.00 Uhr	TV
Kerstin Schrauf		09151/866764

Teilnahme mit oder ohne ärztliche Verordnung

Nordic Walking

Höhenweg – Busstation

Sommerzeit	
Montag	17.00 Uhr
Freitag	17.00 Uhr
Winterzeit	
Montag	15.00 Uhr
Freitag	15.00 Uhr
Ingrid Dümmler	09151/82694

Mitgliedsbeitrag (pro Jahr)

Kinder bis 13 Jahre	45,- €
Jugendliche 14 bis 17 Jahre	55,- €
Erwachsene ab 18 Jahren	95,- €

Alternativ sind auch Kurskarten für einen begrenzten Zeitraum erhältlich.

TV	Turnvereinshalle (Mühlstraße)
SPZ	Sportzentrum (Happurger Straße)
GYM	Gymnasiumshalle (Amberger Straße)
GH	GERU-Halle

Sportprogramm
zuletzt aktualisiert am
01.10.25

HERSBRUCK

Turnverein 1861 Hersbruck e.V.
Mühlstraße 17
91217 Hersbruck
09151/1588
info@turnverein-hersbruck.de
www.turnverein-hersbruck.de

Geschäftszeiten: mittwochs 19.30 – 21.00 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung

Badminton

Schüler und Jugend (Fortgeschrittene)

Montag	18.00 – 19.30 Uhr	SPZ
Helmut Maetzing		09151/4530

Schüler und Jugend (Anfänger)

Mittwoch	17.15 – 18.45 Uhr	TV
Helmut Maetzing		09151/4530

Erwachsene (Training)

Donnerstag	19.30 – 22.00 Uhr	TV
Gabriele List		09151/71183

Erwachsene (Freies Spiel)

Montag	19.30 – 21.00 Uhr	SPZ
Helmut Maetzing		09151/4530

Tischtennis

Jugend 8 – 17 Jahre

Montag	18.00 – 19.30 Uhr	TV

Erwachsene

Montag	19.30 – 22.00 Uhr	TV
Freitag	19.30 – 22.00 Uhr	TV
Peter Kunert		09151/96894
www.tt-tv-heb.jimdo.com		

Basketball

Herren

Montag	19.30 – 21.00 Uhr	GYM
Freitag	17.45 – 19.15 Uhr	TV
Alexander Schug		0171/3639272

U18 männlich

Dienstag	19.30 – 21.00 Uhr	GYM
Heinz Prögel		0176/31491062

Kinder Jahrgang 2011 – 2013

Montag	15.30 – 17.00 Uhr	TV
Markus Wolf		0175/4822957

Kinder (6 – 9 Jahre)

Mittwoch	16.00 – 17.15 Uhr	TV
Markus Wolf		0175/4822957

Volleyball

Jugend 1 (U18 Bezirksliga)

Montag	18.00 – 19.30 Uhr	SPZ
Sabrina Mayer		0176/46644893

Jugend 2 (U18 Bezirksklasse)

Mittwoch	17.30 – 19.00 Uhr	GYM
(im Winter 16.30 – 18.00 Uhr)		
Montag	18.00 – 19.30 Uhr	SPZ
Kristin Krug		0151/26650260

Jugend 3 (ab 6. Klasse)

Freitag	13.15 – 14.45 Uhr	GYM
Sabrina Mayer		0176/46644893

Damen 1

Montag	19.30 – 21.30 Uhr	SPZ
Samstag	10.30 – 12.00 Uhr	TV
Hans Tuchscherer		09151/5789

Damen 2

Mittwoch	19.00 – 21.00 Uhr	GYM
Freitag	18.15 – 20.00 Uhr	GYM
Daniel Schrauf		0176/45549216

Herren

Dienstag	21.00 – 22.30 Uhr	TV
Samstag	12.00 – 14.00 Uhr	TV
Manjushri Kastner		0151/15703147

Mixed

Mittwoch	20.20 – 22.30 Uhr	TV
Sabine Heer		sabineheer@gmx.de

Leichtathletik

Winterhalbjahr		
Montag (ab 9 J.)	ab 17.00 Uhr	TV
Montag (ab 12 J.)	ab 17.00 Uhr	GYM
Donnerst. (Kinder)	17.15 – 18.30 Uhr	GYM
Donnerst. (ab 11 J.)	17.15 – 18.30 Uhr	SPZ
Sommerhalbjahr		
Di & Do (für alle)	ab 17.30 Uhr	SPZ
Bernd Buchwald		09151/824272

Bewegung und Spiele

Ball- und Bewegungsschule (3 – 6 Jahre)

Mittwoch	14.30 – 15.45 Uhr	TV
Stefanie Augenstein		0176/31531461

Kinderturnen

Mädchen und Jungen ab 4 Jahren

Freitag	14.45 – 15.45 Uhr	TV
Anita Stötzner		09151/1770

Geräteturnen

Mädchen 6 – 11 Jahre (Anfänger)

Freitag	16.00 – 17.30 Uhr	TV

Mädchen ab 12 Jahren (Fortgeschrittene)

Donnerstag	16.00 – 17.30 Uhr	TV
Anita Stötzner		09151/1770

Karate

Kinder ab 6 Jahren

Dienstag	17.00 – 18.00 Uhr	TV

Wurzelkarate

Freitag	15.30 – 16.10 Uhr	TV

Kinder 6 – 7 Jahre

Freitag	16.15 – 16.55 Uhr	TV

Kinder ab 8 Jahren

Freitag	17.00 – 18.20 Uhr	TV

Erwachsene

Freies Training in Eigenverantwortung

Montag	20.00 – 21.00 Uhr	TV

Okinawa Shogen-Ryu-Karate

Montag	18.30 – 20.00 Uhr	TV

Karate

Dienstag	18.30 – 20.00 Uhr	TV

Kobudo (Waffenkarate)

Donnerstag	18.30 – 20.00 Uhr	TV

Karate, anschließend Indiaka

Freitag	18.30 – 20.00 Uhr	TV
Joachim Schwarz		09153/970683