

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Uhrzeit
7:45 --->	3B H. Dressler	Step - Aerobic						7:45 --->
8:00 --->			Kerstin Pfeuffer 7:45 - 8:45 Uhr					8:00 --->
8:30 --->								8:30 --->
9:00 --->								9:00 --->
9:15 --->								9:15 --->
9:35 - 10:20	4A H. Wurl	2A BR-G						9:35 - 10:20
10:20 - 11:05						Basketball MiniTigers Mädchen / Jungen Sonja Zühlke 10:30 - 12:00 Uhr	Fußball FCM 1. Mannschaft 10:00 - 12:00 Seltzam	10:20 - 11:05
11:15 - 12:00	7 / 8 H. Vogentanz / Fr. Baur	9 Fr. Baur / H. Mündlein	4B Weh	5 / 6 H. Mündlein / Fr. Zschau	3A H. Dressler			11:15 - 12:00
12:00 - 12:45						Fußball U11 12:00 - 14:00 Bräunel		12:00 - 12:45
13:30 - 14:15								13:30 - 14:15
14:15 - 15:00								14:15 - 15:00
15:30 --->	Kinderturnen ab 4 Jahre	Mutter u. Kind Turnen bis 4 Jahre Gruppe 1 Monica Kaiser 15:00 - 16:00 Uhr			Basketball MiniTigers Mädchen			15:30 --->
16:00 --->	Jessica Jacobi, Christiane Fechner 15:00 - 16:30 Uhr	Mutter u. Kind Turnen bis 4 Jahre Gruppe 2 Monica Kaiser 16:00 - 17:00 Uhr	Mädchenturnen 1. - 4. Klasse			Fußball SG U15 15:30 - 17:00 Hebling		16:00 --->
16:30 --->	Bubenturnen 1. - 4. Klasse					Fußball Reserve 16:00 - 17:30 Förster		16:30 --->
17:00 --->								17:00 --->
17:30 --->	Helge Reiter, Marco Brustmann, Johannes Knott, Hugo Reiter 16:30 - 18:00 Uhr	Fußball U7 17:00 - 18:30 Brenneis	Nicole Litschko, Gudrun Knott, Hugo Reiter 16:00 - 18:00 Uhr		Basketball MiniTigers Jungen	Jugend - Erwachsene Tischtennis		17:30 --->
18:00 --->	Mädchen und Buben ab 5. Klasse							18:00 --->
18:30 --->								18:30 --->
19:00 --->	Kerstin Schmitt, Helge Reiter, Philip Gassner, Johannes Knott, Johanna Bretz 18:00 - 19:30 Uhr	Fußball U13 18:30 - 20:00 Ronny	Fitness- u. Schongymnastik			Fußball FCM 1. / 2. Mannschaft 18:30 - 20:00 Seltzam		19:00 --->
19:30 --->			Hugo Reiter, Monica Kaiser 18:30 - 19:45 Uhr					19:30 --->
20:00 --->	Aerobic / Step - Aerobic	Volleyball für alle	Turnen u. Spiele für Jugend u. Erwachsene	Klaus Wiederer 18:30 - 20:00 Uhr	Fit for Fun für Frau und Mann	Badminton für Erwachsene	Fußball Schernau 19:00 - 20:30	20:00 --->
20:30 --->								20:30 --->
21:00 --->	Iris Förster 19:45 - 21:15 Uhr		Hertschi Schmidt 19:45 - 21:00 Uhr					21:00 --->
21:30 --->		Harald Müller 20:00 - 22:00 Uhr		Birgit Caspari, Gerda Hubel 20:00 - 21:30 Uhr		Matthias Hofmann, Andrea Remmler 20:00 - 22:00 Uhr	Fußball Mainsondheim 20:30 - 22:00	21:30 --->
22:00 --->							Free Jump Vic. Stinzing 20:00 - 22:00 Uhr	22:00 --->



Grundsätzlich kann der Fitnessraum immer dann benutzt werden, wenn ein Übungsleiter des TV Mainstockheim in der Sporthalle eine Stunde abhält.

Aktivitäten Außerhalb der Sporthalle Mainstockheim				
Dienstag 18:00 - 19:30 Uhr		Yoga	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Monica Kaiser
Dienstag 19:30 - 20:00 Uhr	Anfänger	Country - Line u. Westerndance	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Iris Pfister
Dienstag 20:00 - 21:30 Uhr	Fortgeschrittene	Country - Line u. Westerndance	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Iris Pfister
Mittwoch 18:00 - 19:30 Uhr		Yoga	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Petra Kott
Jeden 2. Mittwoch 20:00 - 21:30 Uhr		Volkstanz	Im Vereinsheim / Feuerwehrhaus Mainstockheim	Ulrike und Walter Lipinski, Doris Jünger
Donnerstag 19:00 - 21:00 Uhr	für Alle	Selbstverteidigung	Im Gymnastikraum der Grundschule Mainstockheim	Andreas Brandner