

TVW Hallenbelegungsplan
(Stand: Frühjahr 2023)

Vereinseigene Halle

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 10.00		Reha-Sport			
10.00 - 10.30	Fit in die Woche	Reha-Sport			
10.30 - 11.00	Fit in die Woche				
11.00 - 11.30	Fit in die Woche				
12.00 - 13.00					
13.00 - 14.30					
14.30 - 15.00		Tanzen (ab 14 Uhr)			
15.00 - 15.30		Tanzen	Fördergruppe Mädchen		Mädchenturnen 2.-3. Klasse
15.30 - 16.00		Tanzen	Fördergruppe Mädchen	KiGaKids	Mädchenturnen 2.-3.Klasse
16.00 - 16.30		Vorschulkids + 1. Klasse	Fördergruppe Mädchen	KiGaKids	Mädchenturnen ab 4. Klasse
16.30 - 17.00		Vorschulkids + 1. Klasse	Frauen Ika		Mädchenturnen ab 4. Klasse
17.00 - 17.30		Vorschulkids + 1. Klasse	Frauen Ika		Mädchenturnen ab 4. Klasse
17.30 - 18.00	Kung Fu	Vorschulkids + 1. Klasse	Frauen Ika	Kung Fu	Dance Kids
18.00 - 18.30	Kung Fu	Fördergruppe Jungen	Pilates	Kung Fu	Dance Kids
18.30 - 19.00	Kung Fu	Fördergruppe Jungen	Pilates	Kung Fu	Streetdance Erwachsene
19.00 - 19.30	Kung Fu	Bodyfit	Zumba	Kung Fu	Streetdance Erwachsene
19.30 - 20.00	Kung Fu	Bodyfit	Zumba	Kung Fu	
20.00 - 20.30	Fitness gestandene Männer	Contemporary	Tischtennis		
20.30 - 21.00	Fitness gestandene Männer	Contemporary	Tischtennis		
21.00 - 21.30	Fitness gestandene Männer		Tischtennis		
21.30 - 22.00	Fitness gestandene Männer		Tischtennis		

Schulturnhalle

15.00 - 15.30			Eltern-Kind-Turnen		
15.30 - 16.00	Rollsport		Eltern-Kind-Turnen		
16.00 - 16.30	Rollsport		Eltern-Kind-Turnen		
16.30 - 17.00	Rollsport		Eltern-Kind-Turnen		
17.00 - 17.30	Leistungsriege		Jungenturnen		
17.30 - 18.00	Leistungsriege		Jungenturnen		
18.00 - 18.30	Leistungsriege		Jungenturnen	Bodyworkout (Sommer)	Leistungsriege
18.30 - 19.00	Leistungsriege		Jungenturnen	Bodyworkout (Sommer)	Leistungsriege
19.00 - 19.30			Frauengymnastik ~ 60 +	Bodyworkout Winter)	Leistungsriege
19.30 - 20.00			Frauengymnastik ~ 60 +	Bodyworkout (Winter)	Leistungsriege
20.00 - 20.30			Frauengymnastik ~ 40 +		Ü30 Männer
20.30 - 21.00			Frauengymnastik ~ 40 +		Ü30 Männer
21.00 - 21.30			Frauengymnastik ~ 40 +		Ü30 Männer
21.30 - 22.00			Frauengymnastik ~ 40 +		Ü30 Männer

Konrad - Adenauer - Schule Vallendar

20.00 - 22.00		Badminton (Senioren I)		
---------------	--	-------------------------	--	--

Berufsbildungswerk CJD Vallendar (nur Nutzungszeitraum September bis April)

17.30 - 18.15		Aquafitness		
18.15 - 19.00		Aquafitness		