

Sportprogramm TV Hechtsheim 1882 e.V.
gültig ab 01.01.2019

Fitness und Gesundheitssport

Infos: Elke Schneider Tel. 06131 - 63 32 149

Funktionelle Gymnastik		montags	09:00 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
- " -		montags	19:30 – 20:30 Uhr	Grundschule	Elke Schneider
- " -		dienstags	20:15 – 21:15 Uhr	TV-Halle	Marcel Buchheister
- " - - Bauch, Beine, Po -		mittwochs	19:30 – 20:30 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
Fitness - und Konditionsgymnastik		dienstags	21:15 – 22:15 Uhr	TV-Halle	Marcel Buchheister
ZUMBA		samstags	10:00 – 11:00 Uhr	TV Halle	Danjela Filtzinger
Aerobic		montags	18:30 – 19:30 Uhr	Grundschule	Elke Schneider
Faszio- / Faszientraining		mittwochs	18:15 – 19:30 Uhr	TV-Halle	ElkeSchneider
Fun & Dance Showtanzgruppe		mittwochs	20:00 – 22:00 Uhr	IGS-BS	Christine Hesse
Fun & Dance Showtanzgruppe		montags	20:30 – 21:45 Uhr	Grundschule	Christine Hesse
Kindertanz ab 5 - 8 Jahre		montags	17:30 – 18:30 Uhr	Grundschule	Anna Schneider
Anfänger Dance Kids	ab 6 Jahre	freitags	17:00 – 17:45 Uhr	TV Halle	Bettina Knacke, Charlotte Eckert
Dance Kids	7 – 10 Jahre	freitags	17:45 – 18:30 Uhr	TV-Halle	Bettina Knacke, Charlotte Eckert
Showtanz Next Generations	10 – 14 Jahre	freitags	18:30 – 19:30 Uhr	TV-Halle	Bettina Knacke, Marion Gunkel
Step - Aerobic		mittwochs	20:30 – 21:30 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
Herz-Kreislauftraining Latino/Aerobic	50 plus	freitags	09:00 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
Sturzprophylaxe Fit over fifty	50 plus	freitags	10:00 – 11:00 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
Sturzprophylaxe		dienstags	10:15 – 11:15 Uhr	GWM - Halle	Elke Schneider
Fit over sixty	60 plus	mittwochs	10:00 – 11:00 Uhr	TV-Halle	Hannelore Hübner
Pilates		dienstags	20:00 – 21:00 Uhr	WFB	Hannelore Hübner
- " -		mittwochs	09:00 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Hannelore Hübner
Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik		montags	18:30 – 19:30 Uhr	Grundschule	Christel Diefenbach
Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik		montags	19:30 – 20:30 Uhr	Grundschule	Christel Diefenbach
Wirbelsäulengymnastik		freitags	19:45 – 20:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Ulrike Cohnen
Rückenfitness für Jedermann		donnerstags	19:00 – 20:00 Uhr	Grundschule	Ulrike Cohnen
Rückenfitness für Männer / Stabilisationstraining		donnerstags	20:00 – 21:00 Uhr	Grundschule	Ulrike Cohnen
Progressive Muskelentspannung		mittwochs	18:30 – 19:30 Uhr	KiTa	Claudia Sauren-Hahn
Krafttraining an Geräten	Jugendliche	mittwochs	17:30 – 18:30 Uhr	TV-Halle	Joachim Scheuer, Markus Gippert
- " -	Erwachsene	mittwochs	18:00 – 19:30 Uhr	TV-Halle	Joachim Scheuer, Markus Gippert
Krafttraining mit Alternativgeräten, Jugend + Erwachsene	50 plus	montags	18:00 – 20:00 Uhr	TV-Halle	Joachim Scheuer, Markus Gippert
Kraftsport		donnerstags	18:30 – 20:30 Uhr	TV-Halle	Markus Gippert
Krafttraining an Geräten	Jugend u. Erwachs.	freitags	17:30 – 19:00 Uhr	TV Halle	Sarah Schreiber
Herzsportgruppe		mittwochs	18:15 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Manfred Winter
Walking für Ältere	50 plus	montags	08:30 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Gabriele Köhler
- " -		mittwochs	08:30 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Gabriele Köhler
Fit in den Tag		donnerstags	08:00 – 08:45 Uhr	TV Halle	Anke Klein
Yoga für Anfänger (nur nach Voranmeldung !)		donnerstags	18:00 – 19:30 Uhr	KiTa	Bärbel Schwietzke-Klein
Yoga		donnerstags	20:00 – 21:30 Uhr	WFB	Bärbel Schwietzke-Klein
Rennradgruppe (Osterferien bis Herbstferien)		freitags	17:00 – 19:30 Uhr	TV Halle	Johannes Hoffmann
Radfahren rund um Hechtsheim (Osterferien – Herbstferien)		montags	16:00 – 18:00 Uhr	TV Halle	Monika Rajcevic

Turnen

Infos: Mareile Dörner Tel. 06131 - 5849323

Krabbelturnen	ab ca. 9 Monate	donnerstags	09:00 – 10:00 Uhr	TV-Halle	Anke Klein
Eltern- und Kind-Turnen	ab ca. 15 Monate	montags	10:00 – 11:00 Uhr	TV-Halle	Elke Schneider
- " -		dienstags	16:00 – 17:00 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
- " -		donnerstags	10:00 – 11:00 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
Kinderturnen 3 - 4,5 Jahre	1. Gruppe	donnerstags	13:50 – 14:50 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
- " -	2. Gruppe	donnerstags	14:50 – 15:50 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
Kinderturnen 4,5 – 6 Jahre	1. Gruppe	dienstags	14:00 – 15:00 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
- " -	2. Gruppe	dienstags	15:00 – 16:00 Uhr	TV-Halle	Mareile Dörner
Aufbauriege Mädchen	ab 7 Jahre	mittwochs	16:15 – 18:15 Uhr	TV-Halle	Stefanie Prekopp
Geräteturnen		freitags	15:00 – 17:00 Uhr	TV-Halle	Celine Bangel
Leistungsgruppe Mädchen		dienstags	17:00 – 20:00 Uhr	TV-Halle	Elena Uder, Melina Felmer
- " -		donnerstags	17:00 – 19:30 Uhr	TV-Halle	Elena Uder, Melina Felmer

Sportprogramm TV Hechtsheim 1882 e.V.
gültig ab 01.01.2019

- " -		samstags	11:00 – 14:00 Uhr	TV-Halle	Elena Uder, Melina Felmer
Rhythmische Sportgymnastik Anfänger	ab 4 Jahre	montags	14:00 – 15:30 Uhr	TV-Halle	Natasha Booiman, Ludmilla Franz
Rhythmische Sportgymnastik Leistungsgruppe	ab 4 Jahre	montags	15:00 – 18:00 Uhr	TV-Halle	Natasha Booiman, Ludmilla Franz, A. Kolesnik
Rhythmische Sportgymnastik Leistungsgruppe	ab 4 Jahre	mittwochs	14:00 – 16:15 Uhr	TV-Halle	Natasha Booiman, Ludmilla Franz, A. Kolesnik
Rhythmische Sportgymnastik Leistungsgruppe	ab 4 Jahre	freitags	14:00 – 17:00 Uhr	N.N.	Natasha Booiman, Anna Kolesnik
Rhythmische Sportgymnastik Leistungsgruppe	ab 4 Jahre	samstags	14:00 – 17:00 Uhr	TV-Halle	Natasha Booiman, Anna Kolesnik

Trampolin **Infos: Thomas Gräf Tel: 0176 – 70860092**

Wettkampfgruppe		montags	19:00 – 20:30 Uhr	TV-Halle	Marcel Buchheister
Nachwuchsgruppe	5 – 11 Jahre	montags	17:30 – 19:00 Uhr	TV-Halle	Clarissa Groth, Katharina Alt, Janin Oer
Wettkampfgruppe		dienstags	18:00 – 20:00 Uhr	TV Halle	Thomas Gräf
Wettkampfgruppe		donnerstags	17:30 – 20:30 Uhr	TV-Halle	Thomas Gräf
Breitensportgruppe		donnerstag	19:00 – 20:30 Uhr	TV Halle	Patrick Siegfried

Schwimmen **Infos: Mareile Dörner Tel. 06131 - 5849323**

Schwimmkurs	Anfänger (4 - 6 J.)	montags	16:15 – 17:00 Uhr	Grundschule	
- " -	Anfänger (4 - 6 J.)	donnerstags	16:45 – 17:30 Uhr	Grundschule	
- " -	Vertiefungskurs 1 (4 - 6 J.)	montags	17:00 – 17:45 Uhr	Grundschule	Übungsleiter der Schwimmkurse:
- " -	Seesterne (3er Kurs)	montags	17:45 – 18:30 Uhr	Grundschule	
- " -	Delphine (4er Kurs)	montags	18:30 – 19:15 Uhr	Grundschule	Darius Crihana, Silvia Deibert, Johannes Kremer
- " -	Vertiefungskurs 2	donnerstags	17:30 – 18:15 Uhr	Grundschule	
- " -	Delphine (4er Kurs)	donnerstag	18:15 – 19:00 Uhr	Grundschule	
- " -	Torpedos (5er Kurs)	donnerstag	19:00 – 19:45 Uhr	Grundschule	
freies Schwimmen, Frauen und Männer, Jugend ab 18 Jahren		montags	20:30 – 21:30 Uhr	Grundschule	
- " -		donnerstags	19:45 – 20:45 Uhr	Grundschule	
Aqua - Gymnastik	Erwachsene	montags	19:30 – 20:30 Uhr	Grundschule	Dominik Illner

Badminton **Infos: Sascha Gröger Tel: 0176-64622391**

Talentnest Anfänger	alle Altersklassen	dienstags	18:00 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Adrian Hepp, Lars S.
Talentnest Anfänger und Fortgeschrittene	alle Altersklassen	montags	18:30 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	T. Biewald, A. Klein, C. Theis
Talentnest Fortgeschrittene	5-11 Jahre	mittwochs	16:30 – 17:45 Uhr	IGS Hechtsh.	C. Stern, S. Schreiber, L. Steiner
Talentnest Anfänger und Fortgeschrittene	12-19 Jahre	mittwochs	17:45 – 19:15 Uhr	IGS Hechtsh.	Christian Stern, Thomas Biewald
- " -	alle Altersklassen	freitags	18:00 – 19:45 Uhr	IGS Hechtsh.	Lars Steiner, Adrian Hepp
Hobbyspieler	alle Altersklassen	montags	18:30 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	T. Biewald, A. Klein, C. Theis
- " -	alle Altersklassen	dienstags	18:00 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Adrian Hepp, Lars S.
- " -	alle Altersklassen	mittwochs	17:45 – 19:15 Uhr	IGS Hechtsh.	Christian Stern, Thomas Biewald
- " -	alle Altersklassen	freitags	18:00 – 19:45 Uhr	IGS Hechtsh.	Lars Steiner, Adrian Hepp
Mannschaft	Erwachsene	montags	20:00 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Thomas Biewald
- " -	Erwachsene	mittwochs	19:15 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Christian Stern
- " -	Erwachsene	freitags	20:00 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Lars Steiner
Freizeitgruppe	Erwachsene	montags	20:00 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Oscar Fisser
- " -	Erwachsene	dienstags	18:00 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Oscar Fisser
- " -	Erwachsene	donnerstags	20:00 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Holger Rapp
- " -	Erwachsene	freitags	18:00 – 19:45 Uhr	IGS Hechtsh.	André Müller

Volleyball **Infos: Michaela Stadthaus Tel. 06131 - 501001**

Ballschule	5 – 8 Jahre	montags	17:30 – 18:30 Uhr	Grundschule	Michaela Stadthaus, Maxi Bremm
Mädchen	U14 - 7-14 Jahre	dienstags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Caro Nick, Steffi Krieger, Jakub Drejkarz
Mädchen	U14 - 7-14 Jahre	donnerstags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Caro Nick, Patrick Kremer, Jakub Drejkarz
Jungen	U14 - 7-14 Jahre	dienstags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Caro Nick, Steffi Krieger, Jakub Drejkarz
Jungen	U14 - 7-14 Jahre	donnerstags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Caro Nick, Patrick Kremer, Jakub Drejkarz

Sportprogramm TV Hechtsheim 1882 e.V.
gültig ab 01.01.2019

1. Herrenmannschaft		dienstags	20:00 – 21:45 Uhr	IGS Hechtsh.	Nadja Karst
- "-		donnerstags	20:00 – 21:45 Uhr	Bepo	Nadja Karst
2. Herrenmannschaft	ab 14 Jahre	donnerstag	18:30 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Fabian Oehl
1. Damenmannschaft		montags	20:00 – 21:45 Uhr	IGS Hechtsh.	Michaela Stadthaus, Pia Marchlewitz
- "-		donnerstags	20:00 – 21:45 Uhr	IGS-BS	Michaela Stadthaus, Pia Marchlewitz
2. Damenmannschaft		dienstags	18:30 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Christian Krieger, Caro Nick
- "-		donnerstags	18:00 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Christian Krieger, Jakob Drejkarz
3. Damenmannschaft 14 - 18Jahre		montags	18:30 – 20:00 Uhr	IGS Hechtsh.	Steffi Krieger
Mixedgruppe	Erwachsene	montags	20:00 – 22:00 Uhr	BP-Halle	Jakub Drejkarz
Freizeitgruppe		donnerstags	20:00 – 22:00 Uhr	BP-Halle	Peter Endemann
Volleyball Freizeit	Ü 50	montags	20:30 – 22:00 Uhr	TV-Halle	Dieter Vogt

Basketball

Infos: Ulrike Cohnen 06131 - 9208924

Mädchen und Jungen	U 8 - U 12	dienstags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS-BS	Darius Crihana
Basketball - Freizeit Männer		donnerstags	21:00 – 21:45 Uhr	Grundschule	Ulrike Cohnen
Basketball - Freizeit Männer		freitags	20:30 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Ulrike Cohnen

Leichtathletik

Infos: Sarah Schreiber 0160-8136822

Wintertraining: Beginn Herbstferien - Ende Osterferien

Spieleleichtathletik	5 - 7 Jahre	montags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Anke Klein, Alina Klein
Schüler /-innen	bis 9 Jahre	donnerstags	16:30 – 18:00 Uhr	Grundschule	Roland Glück, Sarah Schreiber
- "-	10 - 11 Jahre	montags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Roland Glück, Sarah Schreiber
- "-	10 - 11 Jahre	donnerstags	18:00 – 19:30 Uhr	Grundschule	Roland Glück, Franziska Eppler
- "-	12 - 15 Jahre	montags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Marcel Buchheister
- "-	12 - 15 Jahre	mittwochs	18:00 – 19:30 Uhr	Bez.Sportanl.	Darius Crihana
- "-	12 - 15 Jahre	freitags	18:00 – 19:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Felix Hierold
Seniorinnen und Senioren		dienstags	20:00 – 21:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Sarah Schreiber
Frauen und Männer Wettkampf	Erwachsene	dienstags	18:30 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Christel Diefenbach
Frauen und Männer Ausdauertraining	Erwachsene	donnerstags	18:30 – 20:00 Uhr	TV-Halle	Christel Diefenbach
Laufgruppe	Erwachsene	dienstags	18:30 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Felix Hierold

Sommertraining: Ende Osterferien - Beginn Herbstferien

Spieleleichtathletik	5 - 7 Jahre	montags	17:00 – 18:30 Uhr	IGS Hechtsh.	Anke Klein, Alina Klein
Schüler /-innen	bis 9 Jahre	donnerstags	16:30 – 18:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Roland Glück, Sarah Schreiber
- "-	10 - 11 Jahre	montags	17:00 – 18:30 Uhr	Bez.Sportanl.	Roland Glück, Sarah Schreiber
- "-	10 - 11 Jahre	donnerstags	18:00 – 19:30 Uhr	Bez.Sportanl.	Roland Glück, Franziska Eppler
- "-	12 - 15 Jahre	montags	17:00 – 19:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Marcel Buchheister
- "-	12 - 15 Jahre	mittwochs	18:00 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Marcel Buchheister
- "-	12 - 15 Jahre	freitags	18:00 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Felix Hierold
Seniorinnen und Senioren		dienstags	19:30 – 21:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Sarah Schreiber
Frauen und Männer Wettkampf	Erwachsene	dienstags	18:30 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Marcel Buchheister
Laufgruppe	Erwachsene	dienstags	18:30 – 20:00 Uhr	Bez.Sportanl.	Felix Hierold

Tanzen

Infos: Dieter Vogt Tel. 06131 - 59554

Standard- und Lateintänze	Anfänger	freitags	19:30 – 20:30 Uhr	TV-Halle	Christina und Helmut Janz
- "-	Fortgeschrittene	freitags	20:30 – 22:30 Uhr	TV-Halle	Christina und Helmut Janz

"TV-Halle" ist die vereinseigene Turnhalle, Hechtsheim, Eingang Klein-Winternheimer Weg; "Grundschule" ist die Turnhalle der Theodor-Heuss-Schule, Hechtsheim, Peter-Weyer-Straße; "IGS Hechtsh." ist die neue Hechtsheimer IGS - Schulsporthalle, Peter-Weyer-Straße; "BP-Halle" ist die Sporthalle der Bereitschaftspolizei, Hechtsheim, Dekan-Laist-Straße 7; "IGS-BS" ist die Turnhalle der IGS Anna-Seghers, Berliner Str. 53; "Bez.Sportanl." ist die Bezirkssportanlage Hechtsheim, An der Rheinhessenstraße; "WFB" Werkstätte für behinderte Menschen, Carl-Zeiss-Str. 2, 55129 Mainz, „KiTa" ist der kath. Kindergarten St. Pankratius, Ringstraße, „GWM-Halle" ist die Halle der Gebäudewirtschaft Mainz, „Zitadelle", 55131 Mainz

Auskünfte: 1. Vorsitzender Dieter Vogt, Tel. 59554, Sportwartin Elke Schneider, Tel. 6332149
Geschäftsstelle: Ulrike Cohnen, Nelly-Sachs-Straße 3, 55129 Mainz, Tel. 9208924, Fax: 9208085, Email: mail@tv-hechtsheim.de, Homepage: www.tv-hechtsheim.de
Monatlicher Mitgliedsbeitrag: Kinder und Jugendliche: 7,50 €, Aktive über 18 Jahre: 10,50 €, Familie: 21,00 €.