



Turn- und Sportverein St. Peter-Ording e.V.

Trainingszeiten 2020/21

Übergangsplan, bis alle Sportarten wieder stattfinden können						
Sporthalle der Gemeinschaftsschule im Fasanenweg 5						
Wochentag	von	bis		Übungsleitung	Telefon	
Montag	15:30	17:45	Eltern-Kind-Turnen	Helena Nedbal	0170 / 272 89 65	
	17:00	19:00	Rücken-fit (2x1 Stunde) (Gymnastikraum)	Ingrid Voutta	04873 / 13 76	
	19:00 18.00	21:00 20.00	Fitness f. Männer, Prellball Rücken fit (2x1Stunde)	Ehrenfried Ewert Ingrid Voutta	04863 / 51 35 04863 / 13 76	
Dienstag	18:15	19:45	Vinyasa Power Yoga (Gymnastikraum)	Ilona Sommer		
	17:15	18:15	Rehasport: Diabetes	Rainer Wilde	04863 / 21 08	
Mittwoch	19:00	20:00	Frauengymnastik Pilates	Inke Pröhl Klaus Isenberg	04863 / 51 32. 0160 / 920 225 97	
Donnerstag	14:45	15:45	Kinderturnen gemischt	Helena Nedbal	0170 / 272 89 65	
	16:00	17:00	Kinderturnen 4 - 6 Jahre			
	17:15	18:30	Kinderturnen 7 - 10 Jahre			
	18:00	19:00	Pilates (Gymnastikraum)	Klaus-Peter Isenberg	0160 / 920 225 97	
	19:00	20:00	Crosstraining	Sandra&Thomas Philippsen	04862 / 10 23 45	
Utholmhalle, Kirchenleye 7						
Wochentag	von	bis		Übungsleitung	Telefon	Hallen- -teil
Montag	16:30	17:30	Judo: 5 – 10-Jährige Judo: ab 11 Jahren	Humberto Hidalgo Pérez Merle Rehmert	0152 / 317 040 15 0176 / 512 616 38	1/3
	19:30	22:00	Badminton	Andrea Davenport	04863 / 54 65	2/3
Dienstag	14:00	15:30	Leichtathletik Wintertraining SchülerInnen 8 - 13 Jahre	Antonia Dircks Amelie Herrmann		3/3
	17:30	19:30	Leichtathletik Wintertraining	Torsten Westphal	04863 / 95 02 59	2/3
	18:00	19:30	Geräteturnen	Marion Kern Albert Vietz	04863 / 478 78 00	1/3
	20:00	22:00	Fußball Ü 30 „Alte Herren“ Wintertraining	Boris Wächtler	0172 / 435 77 19	3/3
Mittwoch	17:30	19:30	Judo: ab 11 Jahren	Humberto Hidalgo Pérez Merle Rehmert	0152 / 317 040 15 0176 / 512 616 38	1/3
	19:30	22:00	Modellflug	Heiko Mast	0172 / 450 31 92	3/3
Donnerstag	17:30	19:30	Leichtathletik Wintertraining	Torsten Westphal	04863 / 95 02 59	3/3
	19:30	21:30	Volleyball	Alexander Bohn	0170 / 417 73 50	3/3
Freitag	15:30	18:30	Fußball Kinder Wintertraining	Elke Gnutzmann	0170 / 491 20 08	3/3
	18:30	20:30	Fußball Männer Wintertraining	Boris Wächtler	0172 / 435 77 19	3/3
Mitgliedsbeiträge pro Monat (vierteljährlicher Einzug)						
Erwachsene: 9,00 €		Kinder/Jugendliche: 6,00 € Eiderstedter Modell: 1,00 €		Familie: 15,00 €	Kurse in der DRK-Klinik: 17,00 €	
Internet: www.tsv-spo.de				Email: info@tsv-spo.de		



Turn- und Sportverein St. Peter-Ording e.V.

Trainingszeiten 2020/21

Übergangsplan, bis alle Sportarten wieder stattfinden können

DRK Nordsee-Reha-Klinik (Sporthalle bzw. Schwimmbad)

Wochentag	von	bis		Übungsleitung	Telefon	
Montag	17:00	17:45	Rehasport: Diabetes / Wassergymnastik	Rainer Wilde	04863 / 21 08	
	17:45	19:00	Yoga	Daniela Lafrentz	0171 / 176 12 79	
	19:00	20:15	Qigong	Daniela Lafrentz	0171 / 176 12 79	
Dienstag	16:30	18:30	Herzsportgruppe / Wassergymnastik	Rainer Wilde	04873 / 21 08	
Mittwoch	17:00	18:00	Wassergymnastik — Rehasport Orthopädie	Rebekka Fortmann	04863 / 95 06 24	
Donnerstag	17:00	19:00	Herzsportgruppe / Wassergymnastik	Rebekka Fortmann Achim Bruns	04863 / 95 06 24 04862 / 83 44	

Ev. Jugenderholungsdorf Sporthalle, Pestalozzistr. 54

Montag	17:45	19:00	Yoga	Daniela Lafrentz	0171 / 176 12 79	
	19:00	20:15	Qigong	Daniela Lafrentz	0171 / 176 12 79	

TSV Sportplatz, Am Sportplatz 2 a

Wochentag	von	bis		Übungsleitung	Telefon	
Mittwoch	19:00	21:00	Fußball Ü 30 „Alte Herren“	Boris Wächtler	0172 / 435 77 19	
Freitag	15:45	16:30	Fußball Kinder (Sommer+Winter)	Elke Gnutzmann	0170 / 491 20 08	
	17:00	17:45	G-Jugend = 4 - 6 Jährige			
	17:00	17:45	F-Jugend = 7 - 8 Jährige			
	18:15	19:00	E-Jugend = 9 - 10 Jährige			

Wendeplatz Klaus-Groth-Weg 36

Wochentag	von	bis	ganzjährig	Übungsleitung	Telefon	
Mittwoch	17:30	18:30	Lauftreff	Thomas Philippsen Evelyn Lappert	0151 / 282 660 05 04863 / 70 34 08	

Parkplatz Strandweg

Wochentag	von	bis	von April bis September	Übungsleitung	Telefon	
Mittwoch	18:30	20:00	Nordic Walking	Rainer Wilde	04863 / 21 08	

Mitgliedsbeiträge pro Monat (vierteljährlicher Einzug)

Erwachsene: 9,00 €	Kinder/Jugendliche: 6,00 € Eiderstedter Modell: 1,00 €	Familie: 15,00 €	Kurse in der DRK-Klinik: 17,00 €
--------------------	---	------------------	----------------------------------

Internet: www.tsv-spo.de

Email: info@tsv-spo.de