

# Gesamtangebot TV Rielasingen 1900 e.V.



| TAG | ZEIT                                 | ANGEBOT                                                          | männlich (m)<br>weiblich (w) | Alter                  | Trainingsort             | Trainer                             | KONTAKT                         |
|-----|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------|--------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|
| Mo  | 15.30 - 16.30                        | Kinder-Yoga                                                      | m/w                          | 4 - 6/7 Jahre          | TWH-Gym                  | Natascha Gierke-Baum                | 0176/23958077                   |
|     | 16.15 - 17.15                        | Turnen allgemein 1                                               | w/m                          | 4 - 5 ½ Jahre          | TBH komplett             | Yvonne Zeh                          | 0176/21057225                   |
|     | 16.45 - 17.45                        | Kinder-Yoga                                                      | m/w                          | 7/8 - 10 Jahre         | TWH-Gym                  | Natascha Gierke-Baum                | 0176/23958077                   |
|     | 17.30 - 19.00                        | Turnen allgemein Mädchen                                         | w                            | 7-10 J. (Grundsch)     | TBH 2/3                  | Janine Rausch                       | 07731/29799                     |
|     | 17.00 - 18.00                        | Handball Minis                                                   | m/w                          | ab 3 Jahre             | TWH 1/3 / komplett       | Petra Marquardt                     | 0173/7173385                    |
|     | 17.30 - 19.30                        | Geräteturnen                                                     | w                            | ab 13 Jahre            | TBH 1/3                  | Sandra Bürkle                       | 0179/2278738                    |
|     | 17.30 - 19.30                        | Geräteturnen (geteilt m. Herz-Kreisl.)                           | w                            | 7 - 12 Jahre           | TBH-Gym                  | Sandra Bürkle                       | 0179/2278738                    |
|     | 18.00 - 19.00                        | Herz-Kreislauf-Training Ausdauer                                 | m/w                          | Erwachsene             | TBH-Gym                  | Diana Stein                         | 0176/32773071                   |
|     | 18.00 - 19.00                        | Rücken: Fit und Gesund ab 60 J.                                  | w                            | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Barbara Schoch                      | 07731/29090                     |
|     | 18.00 - 19.00                        | Handball F-Jugend                                                | m/w                          | 6 - 8 Jahre            | TWH komplett             | Petra Marquardt                     | 0173/7173385                    |
|     | 17.30 - 19.00                        | Yoga                                                             | m/w                          | Erwachsene             | ScheffelschGym           | Christine Dieckmann                 | 0160/95250224                   |
|     | 18.00 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14                                            | m/w                          | ab 12 Jahre            | Stadion                  | Matthias Jäschke                    | 01517 0180977                   |
|     | 19.00 - 20.00                        | Zumba                                                            | m/w                          | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Sonja Noll                          | 0176/62069457                   |
|     | 19.00 - 20.00 So<br>18.30 - 19.30 Wi | Leichtathletik Erwachsene                                        | m/w                          | Erwachsene             | Stadion                  | Andreas Gruber                      | 0176/47277840                   |
|     | 19.00 - 20.30                        | Handball B-Jugend                                                | m                            | 14 - 16 Jahre          | TWH komplett             | Noah Baron                          | 0152/52831109                   |
|     | 19.00 - 20.30                        | Gymnastik für Frauen ab 50 J.                                    | w                            | Erwachsene             | TBH 2/3                  | Marianne Heimberg                   | 01515 6367011                   |
|     | 19.30 - 20.30                        | Fitness Mix                                                      | w                            | Erwachsene             | TBH-Gym                  | Bettina Neumann                     | 07731/21333                     |
|     | 20.00 - 21.30                        | Tôdô X                                                           | m/w                          | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Diana Stein                         | 0176/32773071                   |
|     | 20.30 - 22.00                        | Handball / Basketball in Planung                                 | m/w                          | Erwachsene             | TWH komplett             | n.n.                                |                                 |
|     | 20.30 - 22.00                        | Volleyball                                                       | m/w                          | Erwachsene             | TBH komplett             | Andrea Wanner                       | 0176/20452483                   |
| Di  | 9.00 - 10.15                         | Nordic Walking                                                   | w/m                          | Erwachsene             | Outdoor                  | Christine Dieckmann                 | 0160/95250224                   |
|     | 15.30 - 16.30                        | Eltern-Kind-Turnen 3                                             | w/m                          | 2 - 4 Jahre            | Hardberghalle            | Nadine Fink                         | 0174/9109596                    |
|     | 16.00 - 17.00                        | Cheerleading Babys                                               | m/w                          | 3 - 6 Jahre            | TBH-Gym                  | Kateryna und Olena Plyeshakova      | 00380 660633361                 |
|     | 16.30 - 17.30                        | Eltern-Kind-Turnen 2                                             | w/m                          | 2 - 4 Jahre            | TBH komplett             | Christine Endres                    | 0176/23899680                   |
|     | 17.00 - 18.00                        | Pilates NEU                                                      | m/w                          | Erwachsene             | ScheffelschGym           | Maryam Tashakor                     | 0152/12482175                   |
|     | 17.20 - 19.30                        | Hot Iron Langhanteltraining<br>(nacheinander 2 separate Stunden) | m/w                          | Jugend /<br>Erwachsene | TBH-Gym                  | Lars Kroschewski (nicht<br>anrufen) | 0176/99553365 (nur<br>WhatsApp) |
|     | 17.30 - 19.00                        | Leichtathletik U12                                               | m/w                          | 10 - 11 Jahre          | Stadion                  | Simon Schiller                      | 01578 7210062                   |
|     | 17.30 - 19.00                        | Handball E2-Jugend                                               | m/w                          | 8 - 10 Jahre           | TWH komplett             | Matthias Altmann                    | 0176/23963668                   |
|     | 18.00 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14 oder:                                      | m/w                          | ab 12 Jahre            | Stadion                  | Matthias Jäschke                    | 01517 0180977                   |
|     | 18.00 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14                                            | m/w                          | ab 12 Jahre            | TBH 2/3                  | Matthias Jäschke                    | 01517 0180977                   |
|     | 18.00 - 20.00                        | Parkour / Tricking                                               | m/w                          | Jugend / Erw.          | TBH 1/3                  | Till Wanner                         | 0176/32832543                   |
|     | 18.30 - 20.00                        | Fit über 60                                                      | w                            | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Marianne Heimberg                   | 01515 6367011                   |
|     | 20.00 - 21.00                        | Fit und Gesund 2                                                 | w                            | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Barbara Zipfel                      | 07731/53946                     |
|     | 19.30 - 21.00                        | Handball B-Jugend                                                | w                            | 14 - 16 Jahre          | TWH komplett             | Katja Kishioka                      | 0179/1222303                    |
|     | 20.30 - 22.00                        | Handball Damen                                                   | w                            | ab 18 Jahre            | TWH komplett             | Thorsten Kusche                     | 0179/6026565                    |
| Mi  | 09.00 - 10.00                        | Zumba                                                            | m/w                          | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Sonja Noll                          | 0176/62069457                   |
|     | 10.00 - 11.00                        | Gutes für den Rücken 2                                           | m/w                          | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Ilona Herschbach                    | 0160/93085340                   |
|     | 16.00 - 17.00                        | Eltern-Kind-Turnen 1                                             | m/w                          | 2 - 4 Jahre            | TWH 2/3                  | Cornelia Petkovic                   | 0176/47183765                   |
|     | 16.00 - 17.00                        | Turnen allgemein 3                                               | m/w                          | 5 ½ J. - Schule        | TWH 1/3                  | Sabrina Naguschewski                | 0162/7539131                    |
|     | 16.00 - 17.00                        | Cheerleading Minis 1                                             | m/w                          | 7 - 10 Jahre           | TBH-Gym                  | Kateryna und Olena Plyeshakova      | 00380 660633361                 |
|     | 17.00 - 18.30                        | Cheerleading Minis 2                                             | m/w                          | 7 - 10 Jahre           | TBH-Gym                  | Kateryna und Olena Plyeshakova      | 00380 660633361                 |
|     | 17.00 - 18.30                        | Leichtathletik U8/U10 oder:                                      | m/w                          | 5 - 9 Jahre            | TWH 2/3 So<br>TWH 1/3 Wi | Astrid Auer                         | 0171/9572121                    |
|     | 17.00 - 18.30                        | Leichtathletik U8/U10                                            | m/w                          | 5 - 9 Jahre            | Stadion                  | Astrid Auer                         | 0171/9572121                    |
|     | 17.15 - 18.15                        | Turnen allgemein 2                                               | m/w                          | 4 - 5 ½ Jahre          | TWH 1/3                  | Stefanie Ertelt                     | 0176/97920436                   |
|     | 17.30 - 18.30                        | Handball                                                         | m/w                          |                        | TBH komplett             | Thomas Welte                        | 0173/7017833                    |
|     | 18.15 - 20.00                        | Parkour / Tricking                                               | m/w                          | Jugend / Erw.          | TWH 1/3                  | Till Wanner                         | 0176/32832543                   |
|     | 18.30 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14 oder:                                      | m/w                          | ab 12 Jahre            | TWH 2/3 So<br>TWH 1/3 Wi | Matthias Jäschke                    | 01517 0180977                   |
|     | 18.30 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14                                            | m/w                          | ab 12 Jahre            | Stadion                  | Matthias Jäschke                    | 01517 0180977                   |
|     | 18.30 - 19.30                        | Leichtathletik Smovey WALK+FIT                                   | m/w                          | Erwachsene             | Stadion                  | Simone Schröter                     | 0172/7559194                    |
|     | 18.30 - 20.00                        | Cheerleading Junior                                              | m/w                          | ab 10 Jahre            | TBH komplett             | Kateryna und Olena Plyeshakova      | 00380 660633361                 |
|     | 18.30 - 20.00                        | Yoga                                                             | m/w                          | Erwachsene             | ScheffelschGym           | Christine Dieckmann                 | 0160/95250224                   |
|     | 20.00 - 21.00                        | Functional Fitness/Deepwork                                      | m/w                          | Erwachsene             | TWH-Gym                  | Sylvia Anderlik                     | 0170/7386611                    |
|     | 20.00 - 22.00                        | Volleyball                                                       | m/w                          | Erwachsene             | TWH komplett             | Andrea Wanner                       | 0176/20452483                   |
|     | 20.30 - 22.00                        | Handball "Alte Herren"                                           | m                            | Erwachsene             | TBH komplett             | Thomas Welte                        | 0173/7017833                    |

So = Sommer, Wi = Winter

Turnverein Rielasingen 1900 e.V., Gartenstr. 32, 78239 Rielasingen-Worblingen  
E-Mail: geschaeftsstelle@turnverein-rielasingen.de

| TAG | ZEIT                                 | ANGEBOT                                                                 | männlich (m)<br>weiblich (w) | Alter             | Trainingsort             | Trainer                                      | KONTAKT                         |
|-----|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------------------|--------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------|
| Do  | 09.00 - 10.00                        | Fit and more                                                            | m/w                          | Erwachsene        | TWH-Gym                  | Dagmar Wenzel-Beger                          | 0170/6403444                    |
|     | 10.00 - 11.00                        | Rückenfit von Kopf bis Fuß                                              | m/w                          | Erwachsene        | TWH-Gym                  | Dagmar Wenzel-Beger                          | 0170/6403444                    |
|     | 15.00 - 16.00                        | Tanzmäuse                                                               | m/w                          | 4 - 6 Jahre       | TWH-Gym                  | Ina Vegas-Abejon<br>Sonja Noll               | 0160/93139059<br>0176/62069457  |
|     | 16.00 - 17.15                        | Zumba Kids                                                              | m/w                          | ab 7 Jahre        | TWH-Gym                  | Ina Vegas-Abejon<br>Sonja Noll               | 0160/93139059<br>0176/62069457  |
|     | 16.15 - 17.30                        | Turnen allgemein 4                                                      | m/w                          | 5 ½ J. - Schule   | TBH 2/3                  | Sabrina Naguschewski                         | 0162/7539131                    |
|     | 16.00 - 17.30 Wi                     | Leichtathletik U8/U10 (z.Zt. nicht)                                     | m/w                          | 5 - 9 Jahre       | TWH 1/3 Wi               | Astrid Auer                                  | 0171/9572121                    |
|     | 17.30 - 19.00                        | Leichtathletik U12                                                      | m/w                          | 10 - 11 Jahre     | Stadion                  | Simon Schiller                               | 01578 7210062                   |
|     | 17.30 - 18.30                        | Leichtathletik U8/U10 oder:                                             | m/w                          | 5 - 9 Jahre       | TBH 1/3                  | Astrid Auer                                  | 0171/9572121                    |
|     | 17.30 - 19.00 So<br>16.30 - 17.30 Wi | Leichtathletik U8/U10                                                   | m/w                          | 5 - 9 Jahre       | Stadion                  | Astrid Auer                                  | 0171/9572121                    |
|     | 17.00 - 18.30                        | TAKTuRo = Tanzen Akrobatik Turnen und<br>Rope-Skipping (siehe Homepage) | w                            | Jugend            | TBH-Gym, dann<br>TBH 1/3 | Sabine und Nina Hock                         | 0157/78998796                   |
|     | 18.30 - 19.15                        |                                                                         |                              |                   |                          |                                              |                                 |
|     | 17.30 - 19.00                        | Handball E1-Jugend                                                      | m/w                          | 8 - 10 Jahre      | TWH komplett             | Jens Reuschel                                | 0173/3194972                    |
|     | 18.00 - 18.40                        | M.A.X.                                                                  | m/w                          | Erwachsene        | TWH-Gym                  | Diana Stein                                  | 0176/32773071                   |
|     | 18.00 - 19.30                        | Leichtathletik U12                                                      | m/w                          | 10 - 11 Jahre     | TBH 2/3                  | Simon Schiller                               | 01578 7210062                   |
|     | 18.00 - 20.00                        | Leichtathletik ab U14                                                   | m/w                          | ab 12 Jahre       | Stadion                  | Matthias Jäschke                             | 01517 0180977                   |
|     | 18.30 - 19.30                        | Handball B-Jugend                                                       | m                            | 14 - 16 Jahre     | TWH komplett             | Noah Baron                                   | 0152/52831109                   |
|     | 18.30 - 20.00                        | Yoga                                                                    | m/w                          | Erwachsene        | ScheffelschGym           | Christine Dieckmann                          | 0160/95250224                   |
|     | 18.40 - 20.00                        | Tôso X                                                                  | m/w                          | Erwachsene        | TWH-Gym                  | Diana Stein                                  | 0176/32773071                   |
|     | 19.00 - 20.00                        | Gutes für den Rücken                                                    | m/w                          | Erwachsene        | TBH-Gym                  | Marianne Heimberg                            | 01515 6367011                   |
|     | 19.15 - 20.15                        | Leichtathletik<br>4XF Outdoor FitCamp/Crosstraining                     | m/w                          | Erwachsene        | Stadion                  | Simone Schröter                              | 0172/7559194                    |
|     | 20.00 - 21.00                        | Zumba                                                                   | m/w                          | Erwachsene        | TWH-Gym                  | Sonja Noll                                   | 0176/62069457                   |
|     | 20.00 - 21.30                        | Fit und gesund für Frauen                                               | w                            | Erwachsene        | TBH-Gym                  | Marianne Heimberg                            | 01515 6367011                   |
|     | 19.30 - 22.00                        | Handball Herren I und II                                                | m                            | 18 - 56 Jahre     | TWH komplett             | Herren I: Reka Wohler<br>H. II: René Degrell | 0041/786862401<br>0152/54151484 |
| Fr  | 09.30 - 11.00                        | Yoga am Morgen (*)                                                      | m/w                          | Erwachsene        | ev.Gemeindesaal          | Christine Dieckmann                          | 0160/95250224                   |
|     | 16.00 - 18.00                        | Leichtathletik ab U14                                                   | m/w                          | ab 12 Jahre       | Stadion                  | Matthias Jäschke                             | 01517 0180977                   |
|     | 16.00 - 20.00                        | Geräteturnen                                                            | w                            | 7 - 15 Jahre      | TWH 2/3                  | Sandra Bürkle                                | 0179/2278738                    |
|     | 17.00 - 18.00                        | Pilates NEU                                                             | m/w                          | Erwachsene        | ScheffelschGym           | Maryam Tashakor                              | 0152/12482175                   |
|     | 17.15 - 18.30                        | Turnen allgemein Buben                                                  | m                            | 7 - 10 Jahre      | TWH 1/3                  | Philipp Fröhlich                             | 0174/7966862                    |
|     | 17.30 - 18.30                        | KORCE (Core-Training)                                                   | m/w                          | Erwachsene        | TBH-Gym                  | Sandrine Limouzy                             | 0173/3029785                    |
|     | 18.00 - 20.00                        | Parkour / Tricking                                                      | m/w                          | Jugend / Erw.     | TBH komplett             | Till Wanner                                  | 0176/32832543                   |
|     | 18.15 - 19.30                        | Turnlandschaften gemischt                                               | m/w                          | 7-10 (Grundsch.)  | TWH 1/3                  | Miriam Kurtz                                 | 0175/5956624                    |
|     | 18.30 - 20.00                        | Geräteturnen                                                            | m                            | 7 - 12 / ab 13 J. | TWH 1/3                  | Philipp Fröhlich                             | 0174/7966862                    |
|     | 18.30 - 19.30                        | Functional Fitness/Deepwork                                             | m/w                          | Erwachsene        | TBH-Gym                  | Diana Stein<br>Sylvia Anderlik               | 0176/32773071<br>0170/7386611   |
|     | 19.30 - 21.00                        | Auftritt Sondertraining                                                 | m/w                          | Erwachsene        | TBH-Gym                  | Diana Stein                                  | 0176/32773071                   |
|     | 20.00 - 21.45                        | Gymnastik für Männer                                                    | m                            | Erwachsene        | TWH 1/3                  | Helmut Huber                                 | 07731/24357                     |
|     | 20.00 - 22.00                        | Männerymnastik mit Spiel und Sport                                      | m                            | Erwachsene        | TBH komplett             | Karl Emmerling                               | 07731/52128                     |
|     | 20.00 - 22.00                        | Badminton                                                               | m/w                          | Erwachsene        | TWH 2/3                  | Stefan Thiel                                 | 0151/41251301                   |
| Sa  | 10.00 - 11.30                        | Cheerleading Mini+Junior                                                | w                            | ab 7 Jahre        | TBH komplett             | Kateryna und Olena<br>Plyeshakova            | 00380 660633361                 |
| Sa  | 11.30 - 13.00                        | Cheerleading Erwachsene                                                 | w                            | Erwachsene        | TBH komplett             | Kateryna und Olena<br>Plyeshakova            | 00380 660633361                 |
| Sa  | 10.00 - 14.00                        | Leichtathletik ab U14                                                   | m/w                          | ab 12 Jahre       | Stadion                  | Matthias Jäschke                             | 01517 0180977                   |

So = Sommer, Wi = Winter

**Hinweis zu Handball:**

Da wir eine SG (Spielgemeinschaft) mit Gottmadingen haben, findet das Training teilweise in Rielasingen und teilweise in Gottmadingen statt. Zu jeder neuen Spielsaison können sich deshalb Zeit und Ort des Trainings ändern. Gottmadinger Zeiten sind hier nicht aufgeführt. Auch können nicht in jeder Saison alle Jugend-Mannschaften gemeldet werden. Fragen bitte direkt an die Trainer stellen oder an unseren Abteilungsleiter Handball: Thomas Welte Tel. 0173/7017833

Nähere Infos dazu auf unserer Homepage, dort können Sie den aktuellen Plan mit allen Zeiten und Trainingsorten einsehen.  
<https://www.turnverein-rielasingen.de/84/ballsport/handball>

(\*) **Yoga am Morgen:** Gemeindesaal im Gemeindehaus der Evangelischen Johannesgemeinde, Hegastr. 27 in Rielasingen

Turnverein Rielasingen 1900 e.V., Gartenstr. 32, 78239 Rielasingen-Worblingen  
 1. Vorstand: Marianne Heimberg, 2. Vorstand: Thomas Welte  
 Geschäftsstelle Tel.: 07731 / 319768 Ute Binna und Sabine Wieland  
 E-Mail: geschaeftsstelle@turnverein-rielasingen.de  
 Homepage: www.turnverein-rielasingen.de