



# GTB Gesamtübungsplan GTB



| <u>Abteilung</u> | <u>Gruppe</u>   | <u>Tag</u> | <u>Zeit</u>   | <u>Sporthalle</u>             |
|------------------|---|------------|---------------|-------------------------------|
| Gymnastik        | Seniorenstutzgymnastik 70+  | Montag     | 16:00 - 17:00 | Kindermannstiftung            |
|                  | Gymnastik & Sport f. Männer   | Dienstag   | 19:30 - 21:30 | SH Martinschule               |
|                  | Fitness für Frauen  | Mittwoch   | 20:00 - 21:00 | Sporthalle Q69                |
|                  | Frauengymnastik   | Mittwoch   | 19:00 - 20:00 | SH Martinschule               |
| Gesundheitssport | Yoga & Pilates  | Montag     | 19:45 - 21.15 | SH Ramaschule                 |
|                  | Bailongball   | Mittwoch   | 20:00 - 21:30 | SH Martinschule               |
| Handball         | Information zu den Trainingsgruppen im Internet HSG EGB oder handball@gtbsport.de |            |               |                               |
| Tennis           | Information/Anfragen zu den Trainingsgruppen unter tennis@gtbsport.de             |            |               |                               |
| Tischtennis      | Anfänger / Hobbyspieler<br>Kinder und Jugend                                      | Dienstag   | 18:15 - 19:30 | SH Martinschule               |
|                  | Fortgeschrittene Kinder + Jugend  | Mittwoch   | 16:45 - 18:45 | SH Martinschule               |
|                  | Hobbygruppe   | Dienstag   | 18:00 - 21:30 | SH Ramaschule                 |
|                  | Trainingsgemeinschaft<br>SVG 08/GTB Hobbyspieler                                  | Donnerstag | 18:00 - 19:30 | SH Martinschule               |
| Turnen           | Mädchenturnen 5-9 Jahre   | Donnerstag | 16:30 - 18:00 | SH Martinschule               |
|                  | Mädchenturnen ab 10 Jahre   | Freitag    | 17:15 - 19:15 | SH Martinschule               |
|                  | Mädchenturnen ab 8 Jahre  | Montag     | 17:00 - 18:30 | Sportzentrum Gadderbaum       |
| Volleyball       | Jugend (weiblich 11-14 Jahre)   | Montag     | 18:30 - 20:00 | Sportzentrum Gadderbaum       |
|                  | Jugend Mixed  | Montag     | 20:00 - 21:45 | SH Mamre-Patmos-Schule        |
|                  | Training Gruppe Bloc Choque   | Montag     | 20:00 - 21:45 | Sportzentrum Gadderbaum       |
|                  | Training Ü 20 plus  | Montag     | 20:00 - 21:45 | Sportzentrum Gadderbaum       |
|                  | Jugend Mixed  | Dienstag   | 20:00 - 21:45 | SH Mamre-Patmos-Schule        |
|                  | Jugend (männlich 11-14 Jahre)   | Dienstag   | 17:00 - 19:00 | Sporthalle Q69                |
|                  | Training Gruppe Die Unglaublichen   | Dienstag   | 20:00 - 21:45 | Frölenbergschule              |
|                  | Training Gruppe Circle Pit  | Donnerstag | 20:00 - 21:45 | Sportzentrum Gadderbaum       |
|                  | Training Gruppe Die Unglaublichen   | Donnerstag | 20:00 - 21:45 | Sportzentrum Gadderbaum       |
|                  | Jugend Mixed  | Donnerstag | 20:00 - 21:45 | Sportzentrum Gadderbaum       |
| Nordic Walking   | Gruppe 1  | Dienstag   | 10:00 ->      | Parkplatz SUS Haller Weg      |
|                  |   | Donnerstag | 10:00 ->      | Parkplatz SUS Haller Weg      |
|                  | Gruppe 2  | Montag     | 19:00 ->      | Plarkplatz Botanischer Garten |
|                  |   | Donnerstag | 19:00 ->      | Plarkplatz Botanischer Garten |
|                  | Gruppe 3  | Montag     | 14:30 ->      | Plarkplatz Botanischer Garten |
|                  |   | Donnerstag | 14:30 ->      | Plarkplatz Botanischer Garten |
| Prellball        |   | Freitag    | 20:00 - 22:00 | SH Martinschule               |
| Streetdance      | Mixed 9-12 Jahre  | Montag     | 17:30 - 18:30 | SH Ramaschule                 |
| Sport 4 Kids     | Eltern-Kind-Gruppe 1-4 Jahre  | Dienstag   | 16:00 - 17:00 | SH Martinschule               |
|                  | Vorschulgruppe  | Dienstag   | 17:00 - 18:00 | SH Martinschule               |
|                  | Eltern-Kind-Gruppe 1-4 Jahre  | Freitag    | 16:00 - 17:00 | SH Martinschule               |
|                  | Spiel & Sport 6-8 Jahre   | Freitag    | 15:00 - 16:00 | SH Lönkertschule              |
|                  | Spiel & Sport 4-5 Jahre   | Freitag    | 16:00 - 17:00 | SH Lönkertschule              |
|                  | Eltern-Kind-Gruppe 1-3 Jahre  | Freitag    | 17:00 - 18:00 | SH Lönkertschule              |