Stundenplan 2026

Montag

8:30 h – 9:15 h	Rehasport - Wirbelsäule / Schulter
9:00 h – 10:30 h	Walking / Nordic Walking
17:00 h – 17:50 h	Karate (ab 5 J.)
17:00 h – 18:30 h	Tischtennis Konditionstraining
18:00 h – 19:00 h	Karate Jugendl. & Erwachsene
18:30 h – 20:30 h	Volleyball mixed
19:00 h – 20:00 h	Karate Jugendl. & Erwachsene
20:30 h – 22:30 h	Tischtennis Aktive mixed

Dienstag

9:00 h – 10:30 h	Aerobic
15:00 h – 16:00 h	KiGa-Turnen (4-6 J.)
16:30 h – 18:00 h	Grundschulturnen I (1.-2. Kl.)
18:00 h – 19:30 h	Grundschulturnen II (3.-4. Kl.)
19:30 h – 21:00 h	Aerobic
19:30 h – 21:00 h	Fitness für Männer

Mittwoch

9:00 h – 10:00 h	Frauengymnastik
10:00 h – 10:45 h	Rehasport - Knie/ Hüfte
15:30 h – 16:30 h	Eltern-Kind-Turnen (1-3 J.)
16:30 h – 17:45 h	Mixed klein (ab 1. Kl.)
17:00 h – 17:50 h	Krav-Maga (ab 5 J.)
17:45 h – 18:45 h	Rehasport - Herzsport (Halle Goethestr.)
18:00 h – 19:00 h	Krav-Maga Jugendl. & Erw.
18:00 h – 20:00 h	Tischtennis Hobby mixed
19:00 h – 20:00 h	Krav-Maga Jugendl. & Erw.
20:00 h – 21:00 h	Fitness für Frauen

Donnerstag

15:00 h – 16:00 h	KiGa-Turnen (4-6 J.)
18:00 h – 20:00 h	Tischtennis Jugend mixed
20:00 h – 22:00 h	Tischtennis Aktive mixed

Freitag

09:00 h – 10:00 h	Mama fit - Baby mit
15:30 h – 16:30 h	Eltern-Kind-Turnen (3-4 J.)
17:00 h – 19:00 h	Hip-Hop Mädels "PG Moves"
17:30 h – 19:30 h	Jugendturnen mixed (ab 10 J.)
19:30 h – 21:00 h	Männerfitness 3B - Bauch, Beine, Bier

Sonntag

15:00 h – 16:30 h	Basketball mixed

unsere TVH Infospalte

Bitte beachten Sie im Mitteilungsblatt Remshalden unter TURNVEREIN HEBSACK unsere TVH Infospalte, besuchen Sie uns online auf **www.tvhebsack.de**.

Whatsapp-kanal

@TV_HEBSACK Instagram

Ansprechpartner

Aerobic
Lucia Hasert
0178 / 33 62 669

Basketball mixed
Michael Pioch
0162 / 49 54 073

Eltern-Kind-Turnen
Eva Lutz
0 71 81 / 72 998

Fitness für Frauen
Gerlinde Lederer
0152 / 26 96 90 51

Fitness für Männer
Dieter Röder
0176 / 32 56 84 66

Männerfitness 3B
Joachim Lutz
0172 / 72 83 460

Frauengymnastik & Rehasport
Claudia Hasert
07181 / 45 048

Kindergartenturnen & Mixed klein
Carmen Sihler
0151 / 57 73 04 63

Jugendturnen mixed
Stefan Küssner
0157 / 34 72 01 12

Grundschulturnen I
Vivien Küssner
0157 / 34 669 669

Grundschulturnen II
Regina Koppmann
07195 / 58 86 240

Rehasport-Herzsport
Brigitte Hofbauer
07181 / 93 99 936

Hip-Hop Mädels „PG Moves“
Sandra Bösing
0157 / 36 74 01 52

TT Aktive & Jugend mixed
Helmut Braun
07181 / 72 386

TT-Hobby mixed
Armin Gölz
0172 / 78 29 872

TT-Konditionstraining
Florian Braun
0151 / 26 38 52 10

Volleyball mixed
Claus-Dieter Reiniger
07151 / 94 52 172

(Nordic) Walking
Wilfried Burr
0162 / 91 62 974

Karate & Krav-Maga
Munir Gidaui
0176 / 64 88 62 54
oder 0177 / 92 53 684

Mama fit - Baby mit
Vivien Küssner
0157 / 34 669 669