



## Breitensport

### AEROBIC und FITNESS

<b>mo</b>	15.00-16.30	Body-Fitness	KR2	Fr. Otto-Vosdellen
	17.00-18.00	After Work Aerobic	KR2	Fr. Haas
	18.00-19.00	Kiboe	KR2	Fr. Haas
	19.00-20.00	Body Style	H1	Fr. Bieding
	20.15-21.15	Step Class I	GH	Fr. Bieding
<b>di</b>	09.30-11.00	Ausdauer+Fitness für Frauen	JZ/KRR	Hr. Nickel-Hamel
	09.30-11.00	Aerobic Step & Style	GH	Fr. Holz
	17.00-19.00	Show-Dance 13-18 Jahre	KR 1	Fr. Mayer
	19.00-20.00	Aerobic & Style	H1	Fr. Ruß
<b>mi</b>	17.30-18.45	Bauchtanz (Mittelstufe)	GH	Fr. Paffendorf
	18.45-20.15	Bauchtanz (Fortgeschrittene)	GH	Fr. Paffendorf
	19.00-20.00	Body & Style	H1	Fr. Haas
<b>do</b>	09.30-11.00	Ausdauer+Fitness für Frauen	JZ/KRR	Hr. Nickel-Hamel
	15.00-16.30	Body-Fitness	JZ/KRR	Fr. Otto-Vosdellen
	18.00-20.00	Show Dance 11-13 Jahre	KR 1	Fr. Mayer
	19.00-20.30	Aerobic Step & Style	GH	Fr. Holz
<b>fr</b>	09.30-10.30	Step-Class	GH	Fr. Güsgen
	10.30-11.30	STYLE and STRETCH	GH	Fr. Güsgen
	18.00-19.00	Muscle Power <b>NEU! NEU!</b>	GH	Bieding / Haas Holz / Lachnicht

### PRÄVENTIONSSPORT

<b>mo</b>	08.00-09.00	Walking für Einsteiger	PTG	Fr. Rochulus
	10.00-11.00	Wirbelsäulen-Gymnastik (Frauen)	JZ	Fr. Amaritza
	10.00-11.00	Rückenfitness mit Propriomed	KR1	H. Többen
	11.00-12.00	Wirbelsäulen-Gymnastik	JZ	Fr. Amaritza
	17.00-18.00	RÜCKENFIT (Sport pro Gesundheit)	GH	Fr. Dr. Elverfeld
	18.00-19.00	RÜCKENFIT (Sport pro Gesundheit)	GH	Fr. Dr. Elverfeld
<b>di</b>	17.30-19.00	WALKING	ST	Fr. Amaritza
	*18.15-19.15	PILATES	KR2	Fr. Steinritz
	*19.15-20.15	PILATES	KR2	Fr. Steinritz
	19.00-20.00	Figur-Form-Gymnastik	GH	Fr. Engel
	20.00-21.00	Rückenfitness mit Propriomed	KR1	Hr. Többen
	<b>mi</b>	*09.00-10.00	Aufbau-Gymnastik Frauen (Fortg.)	JZ
16.30-17.30		Sport gegen Rückenbeschwerden	JZ	H. Többen
17.30-18.30		Sport gegen Rückenbeschwerden	JZ	H. Többen
17.30-19.00		Yoga- Kraft und innere Ruhe	KR2	Hr. Kleinoth
19.30-21.00		Yoga- Kraft und innere Ruhe	KR2	Hr. Kleinoth
<b>do</b>	10.00-11.00	Wirbelsäulen-Gymnastik (Frauen)	JZ/KR2	Fr. Amaritza
	10.30-11.30	PILATES ( <b>neu</b> )	KR2	Fr. Steinritz
	17.30-19.00	Nordic Walking	PTG	Fr. Gatzten
<b>fr</b>	10.00-11.00	Aufbaugymnastik für Frauen (Einst.)	JZ	H. Nickel-Hamel
	14.45-19.15	Sport gegen Rückenbeschwerden	SAS	Fr. Robertz
<b>sa</b>	08.00-09.00	Walking für Einsteiger	PTG	Fr. Rochulus

### REHABILITATIONSSPORT

<b>di</b>	17.30-19.00	Koronarsport	H1	Fr. Best
				Fr. Engel
				Fr. Heideman
<b>fr</b>	10.15-11.45	Sport in der Krebsnachsorge	KR2	Fr. Esser

+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

## SPORT FÜR KINDER

+++ NEUE ALTERSSTRUKTUR +++

Konzept des ganzheitlichen Bewegens für Kinder jetzt in allen Alterstufen

+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

### Kindersport

<b>mo</b>	09.30-10.15	Ganzh. Bewegen f. Kids (2-3 J.)	H1	Fr. Schlangen*
	15.00-16.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (3-4 J.)	H1	Fr. Schlangen*
	15.00-16.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (5-6 J.)	H2/GH	Hr. Fleckenstein
	16.00-17.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (7-8 J.)	H2	Hr. Fleckenstein
<b>di</b>	*14.00-15.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (7-8 J.)	TS	Fr. Schlangen*
	14.00-15.30	"TRAMPOLIN" (10-15Jahre) <b>NEU!</b>	SPC	Hr. Paris*
	14.00-15.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (3-4 J.)	H1	Fr. Gernoth / Hr. Gasper
	15.00-16.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (9-11 J.)	TS	Fr. Schlangen*
	15.00-16.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (3-4 J.)	H1	Fr. Gernoth / Hr. Kuhn
<b>mi</b>	*09.30-10.15	Ganzh. Bewegen f. Kids (1-2 J.)	H1	Fr. Schlangen*
	*10.30-11.15	Ganzh. Bewegen f. Kids (2-3 J.)	H1	Fr. Schlangen*
	14.30-15.30	Ganzh. Bewegen f. Kids (4-5 J.)	TS	Fr. Otto-Vosdellen
	14.45-15.45	„TRAMPOLIN“ (5-10 Jahre)	SPC	Hr. Paris*
	15.45-17.00	„TRAMPOLIN“ (10-15 Jahre)	SPC	Hr. Paris*
	15.30-16.30	Ganzh. Bewegen f. Kids (6-7 J.)	TS	Fr. Otto-Vosdellen
<b>do</b>	09.30-10.30	Ganzh. Bewegen f. Kids (1-2 J.)	Ha1	Fr. Schlangen
	15.00-16.00	Aerobic für Kids (6-9 J.)	KR2	Fr. Bieding
	16.00-17.00	Clip Dance (9-12 J.)	KR2	Fr. Bieding
	16.15-17.15	Ganzh. Bewegen f. Kids (2-3 J.)	JH	Fr. Pelplinski
<b>fr</b>	*09.45-10.45	Ganzh. Bewegen f. Kids (2-3 J.)	H1	Fr. Kollatsch *
	14.00-15.30	"TRAMPOLIN" (5-10Jahre) <b>NEU!</b>	SPC	Hr Paris*
	14.30-15.30	Ballett-Unterstufe (Einst. 5-6 J.)	GH	Fr. Laukert
	15.00-16.00	Ganzh. Bewegen f. Kids (5-6 J.)	H1	Fr. Pelplinski
	15.30-16.30	Ballett-Mittelstufe (Fortg. 5-6 J.)	GH	Fr. Laukert
	16.30-17.30	Ballett-Oberstufe (Fortg. 6-11 J.)	GH	Fr. Laukert
	16.30-17.30	Ganzh. Bewegen f. Kids (5-6 J.)	TAS	H. Fleckenstein *
	17.30-18.30	Ganzh. Bewegen f. Kids (8-10 J.)	TAS	H. Fleckenstein

\* Anmeldung und Infos für die im Folgenden gekennzeichneten Sportgruppen erfolgt nur über die Trainer:

* Wolfgang Nickel-Hamel	Tel.: DOR. 92640
* Frau Heike Schlangen	Tel.: DOR. 81417
* Frau Susan Kollatsch	Tel.: DOR. 45936
* Frau Ines Steinritz	Tel.: 02137-786116
* Herr Markus Paris	Tel.: DOR. 477784

Legende: AP = Aschenplatz, BSH = Berufsschulhalle, DU = Dormagen und Umgebung, GH = TSV-Gymnastikhalle, H1 = TSV-Halle 1, H2 = TSV-Halle 2, HGS = Hermann-Gmeiner-Schule (Bahnhofstr.), JZ = TSV-Judozentrum, KR1 = Kursraum1, KR2 = Kursraum2, KRR = TSV-Kraftraum, LG = Leibniz-Gymnasium (Hackenbroich), PTG = Parkplatz Tannenbusch Geopark, QP = Quarzplätze, RP = Rasenplatz, RBS = Regenbogenschule (Rheinfeld), RS = Realschule Dormagen, RGH = Realschule Gymnastikhalle, SAS = Salvatorschule (Nievenheim), SBH = Schule Burg Hackenbroich, SPC = Sportcenter, ST = TSV Stadion/Rheinauen, TAS = Theodor-Angerhausen-Schule, TS = Tannenbuschschule (Delhoven), WP = Werferplatz



## Breitensport

### Seniorensport

<b>mo</b>	09.30-11.00	Sport für Aktiv-Senioren (Mixed)	H2	Fr. Holz
	11.00-12.00	Krafttraining für Aktiv-Senioren	KRR	Hr. Nickel-Hamel
	13.30-15.00	Sport für Aktiv-Senioren (Mixed)	JZ	Hr. Will
<b>di</b>	09.00-ca.15.00	Fahrradtreff für Senioren **	Dormagen und Umgebung	
	11.00-12.00	Ausdauer und Fitness für Senioren	H1/KRR	Hr. Nickel-Hamel
<b>do</b>	11.15-12.45	Sport für Aktiv-Senioren (Mixed)	JZ	Hr. Nickel-Hamel
	17.20-18.30	Fitness für Senioren (Herren)	KR1/KRR	Hr. Nickel-Hamel

#### Anmerkung zu den Veranstaltungen Fahrradtreff für Senioren:

Treffpunkt ist jeweils zu o.a. Terminen um 09.00 Uhr vor der TSV Geschäftsstelle.  
Teilnahme NUR FÜR MITGLIEDER. Eine einmalige Teilnahme als Schnupperangebot für Nichtmitglieder ist zulässig, danach muss eine Mitgliedschaft im TSV eingegangen werden.  
Dieses Vorgehen hat versicherungstechnische Gründe.  
Der Verein bittet um Berücksichtigung.

**\*\* Für die Veranstaltung Dienstags besteht zur Zeit eine Warteliste.**

Ihre Ansprechpartner FÜR ALLE FRAGEN bezüglich der Radgruppe:

**Für Dienstags:** Frau Gerda Lossin Tel. 44518  
Herr Wolfgang Klemm Tel. 44661

## GYMNASTIK / SPORTSPIELE

<b>mo</b>	09.00-10.00	Gymnastik mit Musik	JZ	Fr. Amaritza	
	17.30-19.00	Fußball für Jedermann	RBS	Hr. Bock	
	17.15-18.45	Badminton u. Basketball	H1	Fr. Best	
	17.15-18.45	Sport für Jedermann	H1	Fr. Hinrichs	
	19.00-20.00	Skigymnastik	RBS	Hr. Wigro	
<b>di</b>	20.15-21.45	Gymnastik & Volleyball	H1	Hr. Lachnicht	
	20.15-21.45	Freizeit-Volleyball	H1	H. Felderer	
	20.15-21.45	Gymnastik & Spiele	H1	Hr. Grabis	
	20.00-21.30	Freizeit-Badminton	H1	Hr. Grabis	
<b>mi</b>	20.00-21.30	Freizeit-Volleyball	RBS	H. Wigro	
	<b>do</b>	09.00-10.00	Gymnastik für Frauen	JZ	Fr. Dauscher
		17.30-18.45	Fußball für Jedermann	RBS	Hr. Bock
20.15-21.45		Freizeit-Badminton	H1	Hr. Hoffman	
<b>fr</b>	09.00-10.00	Gymnastik mit Musik	JZ	Fr. Esser	
	18.30-20.00	Freizeit-Badminton	H1	Hr. Hoffman	
	20.00-21.30	Freizeit-Badminton	H1	Hr. Hoffman	

## KRAFTSPORT

<b>mo</b>	10.00-11.00	Krafttraining für Frauen (Einsteiger)	KRR	Hr. Nickel-Hamel
	20.00-21.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kassubek
	21.00-22.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kassubek
<b>di</b>	20.00-21.00	Krafttraining	KRR	Hr. Mross
	21.00-22.00	Krafttraining	KRR	Hr. Mross
<b>mi</b>	10.00-11.00	Krafttraining für Frauen (Einsteiger)	KRR	H. Nickel-Hamel
<b>do</b>	20.00-21.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kassubek
	21.00-22.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kassubek
<b>fr</b>	11.00-12.00	Krafttraining MIXED	KRR	H. Nickel-Hamel
	20.00-21.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kostka
	21.00-22.00	Krafttraining	KRR	Hr. Kostka

#### Boxen für Anfänger und Fortgeschrittene

<b>di</b>	19.00 - 21.00	H1	Hr. Junkherr
<b>do</b>	19.00 - 21.00	H1	Hr. Junkherr



## Basketballabteilung

Die Übungsstunden werden von unseren Trainern 5 Minuten vor und 15 Minuten nach der ausgewiesenen Zeit beaufsichtigt.

<b>weibl.Jgd.</b> (89 u. J.)	di/fr	16.00-17.45	SPC	H. Wimmer
<b>U16: ml</b> (92/93)	mo	18.15-20.00	DFH	A. Arndt
	mi	18.00-19.30	LG	
	do	17.00-18.45	DFH	
<b>U14: ml</b> (94/95)	mo	18.15-20.00	DFH	A. Arndt
	mi	18.00-19.30	LG	
	do	17.00-18.45	DFH	
<b>U12/U10: offen</b> (97/98)	mi/fr	16.30-18.00	LG	A. Arndt
<b>U12: offen</b> (95/97)	mi	16.15-17.30	TAS	P. Rotterdam
<b>U10: offen</b> (98/99 u. J.)	mi	15.00-16.15	TAS	N.N.
<b>Herren Bezirksliga</b>	mi	20.00-22.00	LG	A. Arndt
	fr	20.00-21.45	RBS	
<b>1. Damen Bezirksliga</b>	di	20.00-22.00	SPC	C. Unkelbach
	fr	20.00-22.00	H2	
<b>2. Damen Kreisliga</b>	di	20.00-22.00	SPC	A. Arndt
<b>Hobbygruppe Mixed</b>	do	20.00-22.00	LG	A. Arndt
<b>Spieltreff f. Aktive</b>	mo	20.00-22.00	DFH	



## Fechtabteilung

<b>Ganzh. Beweg. f. Kids 5-6J.</b>	mo	15.00-16.00	H2/GH	Fleckenstein
<b>Ganzh. Beweg. f. Kids 7-8J.</b>	mo	16.00-17.00	H2/GH	Fleckenstein
<b>Anfänger (99-01)</b>	mi	15.00-16.30	H2	
<b>Anfänger Stufe II</b>	mi	16.30-18.00	H2	
	fr	15.00-16.30	H2	
<b>Schüler/innen (97-98)</b>	di	15.00-17.00	H2	
	do/fr	15.00-16.30		
<b>Einzeltraining nach Absprache</b>	mo	14.00-18.30	H2/GH	
<b>Aktive, Junioren, A-Jgd.</b>	di	17.30-20.00	H2	
	mi	18.00-20.30		
	do	18.00-20.00		
	fr	18.00-20.00		
<b>B-Jugend</b>	di	16.30-18.00	H2	
	do	16.30-18.00		
	fr	16.30-18.00		

Trainer für alle obigen Gruppen V. Szabo / O. Kawald / D. Costache / E. Lehmann

#### Hobbyfechten

<b>Fechten f. Anf. u. Ehem.</b>	fr	19.00-20.00	TAS	Dehmer
<b>Erwachsene</b>	mi	20.00-22.00	H2	Szabo
<b>Hobbysport</b>	mo	19.30-21.00	GH	Dehmer
<b>Ausgleichssport</b>	di	20.00-22.00	RBS	Kienle

Legende: **AP** = Aschenplatz, **BSH** = Berufsschulhalle, **DU** = Dormagen und Umgebung, **GH** = TSV-Gymnastikhalle, **H1** = TSV-Halle 1, **H2** = TSV-Halle 2, **HGS** = Hermann-Gmeiner-Schule (Bahnhofstr.), **JZ** = TSV-Judozentrum, **KR1** = Kursraum1, **KR2** = Kursraum2, **KRR** = TSV-Kraftraum, **LG** = Leibniz-Gymnasium (Hackenbroich), **PTG** = Parkplatz Tannenbusch Geopark, **QP** = Quarzplätze, **RP** = Rasenplatz, **RBS** = Regenbogenschule (Rheinfeld), **RS** = Realschule Dormagen, **RGH** = Realschule Gymnastikhalle, **SAS** = Salvatorschule (Nievenheim), **SBH** = Schule Burg Hackenbroich, **SPC** = Sportcenter, **ST** = TSV Stadion/Rheinauen, **TAS** = Theodor-Angerhausen-Schule, **TS** = Tannenbuschschule (Delhoven), **WP** = Werferplatz



## Fußballabteilung

(gültig ab 1.3.2008)

<b>A-Jgd. 1</b> (89/90)	mo	19.00-20.30	AP	Zingsheim
	mi	19.30-21.00	AP	
<b>B-Jgd. 1</b> (91/92)	di	18.00-19.30	AP	Cöllen/Eifler
	fr	17.30-19.00	AP	
<b>B-Jgd. 2</b> (91/92)	mi	18.00-19.30	AP	Neubert
	fr	17.00-18.30	AP	
<b>C-Jgd. 1</b> (93/94)	di	17.45-19.15	AP	Mertens
	do	18.00-19.30	AP	
<b>C-Jgd. 2</b> (93/94)	mo	18.00-19.30	AP	Först
	do	18.00-19.30	AP	
<b>D-Jgd. 1</b> (95/96)	mo	17.30-19.00	AP	Welter/ Wincierz
	mi	17.30-19.00	AP	
<b>D-Jgd. 2</b> (95/96)	mo	16.45-18.00	AP	Kosar/Disteldorf
	mi	16.45-18.00	AP	
<b>E-Jgd. 1</b> (97)	di/do	16.30-18.00	AP	Arendt/Malzburg
<b>E-Jgd. 2</b> (97/98)	di	16.00-17.20	H1	Güden/Elidrisse
	do	16.30-17.45	AP	
<b>E-Jgd. 3</b> (97/98)	di	16.30-17.45	AP	Grützmaker/Lomertin
	do	16.00-17.20	AP	
<b>F-Jgd. 1</b> (99/00)	mo	17.00-18.30	RP	Faßbender
	mi	17.30-18.30	RP	
<b>F-Jgd. 2</b> (99/00)	mo	17.00-18.30	RP	Faßbender
	mi	17.30-18.30	RP	
<b>F-Jgd. 3</b> (00)	mo	17.30-18.50	RP	Tepper/Kukovicic
<b>Bambini 1</b> (01/02)	mo	16.00-17.00	RP	Möller/Bäcker
<b>Bambini 2</b> (02/03)	fr	17.00-18.15	RP	Helm
<b>1. Mannschaft</b>	di/do/fr	19.15-20.45	AP	Kühn/Iseni
<b>2. Mannschaft</b>	mo/do	19.30-21.00	AP	Iseni
<b>Alte Herren</b>	mi	19.00-20.15	AP	



## Handballabteilung

<b>mA1-Jgd.</b> 89/90	mo	20.00-21.30	SPC	P. Mahé
	di	20.00-21.30	DFH	
	mi/do	18.30-20.00	DFH	
<b>mB1-Jgd.</b> 91/92	fr	20.00-21.30	DFH	
	di	18.30-20.00	DFH	
	mi	17.00-18.30	DFH	
<b>mB2-Jgd.</b> 91/92	fr	18.30-20.00	DFH	M. Brose
	di	18.30-20.00	DFH	
<b>wB-Jgd.</b> 91/92	di	18.30-20.00	Hack	A. Huschmann / H. Korb
	mi	17.30-19.00	BSH	
<b>mC1 -Jgd.</b> 93/94	di/mi	17.00-18.30	DFH	J. Bohrmann
	fr	18.30-20.00	DFH	
<b>mC2-Jgd.</b> 93/94	di	16.30-18.00	SPC	R. Teichert
	fr	17.00-18.30	DFH	
<b>gem.D-Lions</b> 95/96	di	16.30-18.00	BSH	B. Barthel
	fr	16.30-18.00	SPC	(wenn BL-Spiel 15.30-17.00 SPC)
<b>gem.D-Tigers</b> 95/96	mi	17.00-18.30	SPC	R. Berning
	fr	16.30-18.00	SPC	(wenn BL-Spiel 15.30-17.00 SPC)
<b>gem.D-Wildcats</b> 95/96	di	17.00-18.30	Hack	E. Kuhn / M. Barkow
	mi	16.00-17.30	BSH	
<b>gem.E-Panthers</b>	mo	17.00-18.30	DFH	T. Annas/T. Krüger/
<b>und E-Pumas</b> 97/98	do	16.45-18.15	SPC	J. Burggraf
<b>Minis</b> 99/00	di	17.00-18.30	TAS	M. Stein / T. Krüger
<b>Bambinis</b> 2001-2003	di	16.00-17.00	TAS	M. Stein / M. Broy

<b>Stützpunkt-/Kadertraining</b>	<b>J. Bohrmann</b>		
<b>B-Jugend</b>	mo	17.00-18.00	SPC
<b>C-Jugend</b>	mo	16.00-17.00	SPC
	Mi	16.15-17.30	BSH
<b>D-Jugend</b>	mo	16.00-17.00	SPC
<b>Torwarttraining</b>	mo	15.30-16.15	SPC
<b>Damen</b>	mo	20.00-21.30	DFH
	mi	17.30-19.00	BSH
<b>U23</b>	mo	20.00-21.30	SPC
	mi	18.30-20.00	DFH
	fr	20.00-21.30	DFH
<b>III. Ma.</b>	mi	18.30-20.00	RS
<b>IV. Ma.</b>	mi	20.00-21.30	SPC
<b>Alte Herren</b>	mi	20.00-21.30	DFH
			W. Meier



## Judoabteilung

<b>Bambini</b> (4-6 Jahre)	mo	16.00-17.00	JZ	Fr. Marx
	di	16.00-17.00	JZ	Fr. Küpper
	fr	16.00-17.00	JZ	H. Mommert
<b>U11</b> (7-11 Jahre)	mo	17.05-18.20	JZ	H. Kubitzka
<b>U11</b> (7-11 Jahre)	di	17.05-18.05	JZ	F. Küpper
<b>U11</b> (7-11 Jahre)	do	17.05-18.20	JZ	H. Carstens
<b>U11</b> (7-11 Jahre)	fr	17.05-18.20	JZ	H. Mommert
<b>U14</b> (12-14 Jahre)	mo	18.20-19.50	JZ	H. Kubitzka
<b>U14</b> (12-14 J.)	di	18.20-19.50	JZ	H. Blosczyk
<b>U14, U17, U20</b>	fr	18.30-20.00	JZ	H. Carstens
<b>Prüfungsvorbereitung</b>	di	19.50-20.30	JZ	H. Blosczyk
<b>Senioren Ü30 Anfänger</b>	do	19.15-20.45	JZ	H. Carstens
<b>Freizeitgruppe</b>	mo	19.45-21.15	JZ	H. Kubitzka
<b>Training Frauen/Männer</b>	mi	19.30-21.00	JZ	H. Fardel
<b>Judo für Menschen mit Behinderung</b> (15-40J.)	mi	18.30-19.30	JZ	Fr. Küpper/ Fr. Schmitz

Judobegeisterte können jederzeit zu den Trainingszeiten vorbei schauen und bis zu drei Mal ein Probetraining absolvieren. Danach können sie entscheiden, ob sie dem Verein beitreten möchten.



## Leichtathletik-Abteilung

<b>Bambini</b> (01/02, 6-7 J.)	mi	16.00-17.00	LA	A. Büschges
<b>(ganzheitliches Beweg. Schwerpunkt Leichtathletik)</b>				
<b>Schülerinnen D</b> (99/00, 8-9 J.)	di/fr	16.00-17.30	LA	E. Ulrich
<b>Schüler D</b> (99/00, 8-9 J.)	mo/fr	16.00-17.30	LA	C. Montag
<b>Schülerinnen C</b> (97/98, 10-11 J.)	di	17.30-19.00	LA	C. Hupertz
	do	17.00-18.30	LA	C. Hupertz
<b>Schüler C</b> (97/98, 10-11 J.)	di/do	15.30-17.00	LA	U. Wölm
<b>Schülerinnen B</b> (95, 13 J.)	mo	16.15-17.45	LA	U. Wölm
	di/do	17.00-18.30		
<b>Schülerinnen</b> (96, 12 J.)	mi/do	17.00-18.30	LA	A. Büschges
<b>Schüler B</b> (95/96, 12-13 J.)	mo/mi/fr	15.30-17.00	LA	T. Ribbecke
<b>Schülerinnen A</b> (93/94, 14-15 J.)	mo-do	17.00-19.00	LA	Y. Schmitz
<b>Schüler A</b> (93/94, 14-15 J.)	mo/mi/fr	16.00-17.45	LA	St. Früh
<b>Leistungsgruppe</b>				
<b>Basisgruppe</b>	di/do	17.30-19.15		
<b>Stabhoch Schüler A</b>	do	15.00-17.00	LA	T. Tesch
<b>Stabhoch Schüler B</b>	di	15.00-17.00	LA	T. Tesch
<b>Stabhoch Schülerinnen</b>	mo	15.30-19.00	LA	N. Levar
<b>WJgd.A WJB</b> (16-19 J.) LG	mo-fr	17.00-19.00	LA	T. Ribbecke
<b>Basisgruppe</b>	di/do	17.00-19.00		
<b>LVN-Stützpunkttraining Hoch</b>	nach Absprache		LA	T. Ribbecke
<b>MJB</b> (16-17 J.) Sprung	mo/mi/fr	17.30-19.30	LA	S. Früh
	di/do	16.00-18.00	LA	
<b>MJB</b> (16-17 J.) Nach Absprache	mo-fr	15.30-17.30	LA	P. Kurowski
<b>MJA</b> (18-19 J.)	mo-fr	17.00-19.00	LA	P. Kurowski
<b>Männer/Frauen</b>	mo-fr	18.00-20.00	LA	P. Kurowski
<b>Nach Absprache</b>	mo-sa	10.00-13.00		
<b>LG Mehrkampf/Sprint</b>	mo-fr	15.30-17.00	LA	P. Kurowski
	sa	11.00-14.00		
<b>LG Hürden</b>	mi	17.00-19.00	LA	P. Kurowski
<b>LG Stab Jgd./Fortgeschr.</b>	mo/di/do	17.30-20.00	LA	T. Tesch
<b>Nach Absprache</b>	mi	17.30-19.00	LA	
	sa	10.00-12.30		
<b>LVN-Stützpunkttraining Stab</b>	mi/fr	15.00-17.00	LA	T. Tesch
<b>LG Wurf</b> (88 u. j.)	mo/di/do/fr	17.00-19.00	LA/WP	P. Kassubek
	mi	nach Absprache		
<b>Nach Absprache</b>	sa	11.00-16.00	WP	
<b>LG Weit</b> (LVN-Stützpt.Training)	do	17.00-19.00	LA	S. Früh n. Abspr.
<b>LG Lauf</b>	mo/mi	17.00-19.00	LA	W. Jungbluth
	sa/so	10.30		nach Absprache
<b>jeden 2. Samstag</b>	sa	12.30		nach Absprache
				Tannenbusch
<b>Freizeit- u. Ausgleichsport</b>	mi	17.30-19.00	LA	H. Quinkenstein
<b>Sportabzeichen</b>				
<b>Freizeit- u. Ausgleichsport</b>	fr	19.15-20.45	LA	U. Wölm

Legende: AP = Aschenplatz, BSH = Berufsschulhalle, DU = Dormagen und Umgebung, GH = TSV-Gymnastikhalle, H1 = TSV-Halle 1, H2 = TSV-Halle 2, HGS = Hermann-Gmeiner-Schule (Bahnhofstr.), JZ = TSV-Judozentrum, KR1 = Kursraum1, KR2 = Kursraum2, KRR = TSV-Kraftraum, LG = Leibniz-Gymnasium (Hackenbroich), PTG = Parkplatz Tannenbusch Geopark, QP = Quarzplätze, RP = Rasenplatz, RBS = Regenbogenschule (Rheinfeld), RS = Realschule Dormagen, RGH = Realschule Gymnastikhalle, SAS = Salvatorschule (Nievenheim), SBH = Schule Burg Hackenbroich, SPC = Sportcenter, ST = TSV Stadion/Rheinauen, TAS = Theodor-Angerhausen-Schule, TS = Tannenbuschschule (Delhoven), WP = Werferplatz



## Schwimmabteilung

Im Rahmen der aufgeführten Übungsstunden erfolgt keine reine Nichtschwimmerausbildung.

Alle Kinder müssen bereits Schwimmgrundfertigkeiten besitzen.  
Interessierte Kinder für die Pool-Gruppen kommen bitte am ersten Montag im Monat um 18:00 zum Vorschwimmen ins Hallenbad Dormagen.

Es erfolgt kein Vorschwimmen in den Schulferien.

### Poolgruppen:

<b>1</b>	mo	18:00 - 19:00	Hallenbad	Annika Dobelmann/ Guiseppa Natale
<b>2</b>	mo	18:00 - 19:00	Hallenbad	Annika Dobelmann/ Guiseppa Natale
<b>Junior Swim</b>	mo	16:00 - 17:00	Hallenbad	Heike Schlangen/ Uta Geratz

### Flotten:

<b>Klasse 1A</b>	mo	16:00 - 17:00	Hallenbad	Nadine Cook
	do	15:00 - 16:00	Hallenbad	
<b>Klasse 1B</b>	mo	17:00 - 18:00	Hallenbad	Anja Krautwurst
	do	15:00 - 16:00	Hallenbad	
<b>Klasse 1C</b>	mo	17:00 - 18:00	Hallenbad	Nadine Cook
	do	16:00 - 17:00	Hallenbad	
<b>Klasse 1D</b>	mo	17:00 - 18:00	Hallenbad	Annika Dobelmann
	fr	16:00 - 17:00	Freibad	
<b>Klasse 1E</b>	mo	16:00 - 17:00	Hallenbad	Anne Schroers
	do	16:00 - 17:00	Hallenbad	
<b>Klasse 2A</b>	mo	16:00 - 17:00	Hallenbad	Babette Rupprecht
	do	15:00 - 16:00	Hallenbad	
<b>Klasse 2B</b>	mo	17:00 - 18:00	Hallenbad	Babette Rupprecht
	do	16:00 - 17:00	Hallenbad	

### Team Piranha:

<b>Team Piranha 2.</b>	di	16:00 - 17:30	Hallenbad	Anna Gabriel
	mi	16:00 - 17:00	Freibad	
	fr	17:30 - 19:00	Hallenbad	
<b>Team Piranha 1.</b>	mo	17:30 - 19:00	Hallenbad	Anne Schroers
	di	16:00 - 17:30	Hallenbad	
	fr	15:30 - 17:00	Freibad	

### Juniorteam:

	di	16:00 - 17:15	ST/KR1	Ilka Heilemann
		17:30 - 19:00	Freibad	
	mi	18:15 - 19:45	Freibad	
	do	14:45 - 16:00	Freibad	
	fr	17:00 - 19:00	Hallenbad	

### 1. Mannschaft Nachwuchs

	mo	17:00-17:55	Kursraum 1	Maxi Breuer
		18:30 - 20:00	Freibad	
	di	05:50 - 07:00	Freibad	
		08:00 - 09:30	Freibad	
		15:15 - 17:30	Freibad	
	mi	17:00 - 17:55	Kursraum 1	
		18:30 - 20:00	Freibad	
	do	17:00 - 18:15	Stadion/Wärmehalle	Freibad
		18:30 - 20:00	Freibad	
	fr	05:30 - 07:00	Freibad	
		15:15 - 17:30	Hallenbad	
	sa	7:45 - 10:30 oder	Freibad	
		11:45 - 14:30		

### 1. Mannschaft

	mo	05:30 - 07:00	Freibad	Jürgen Schmitz
		15:45 - 18:00	Freibad	
	di	08:00 - 09:30	Freibad	
		15:30 - 17:00	Kraftraum	
		17:30 - 19:30	Hallenbad	
	mi	17:00 - 18:30	Kraftraum	
		18:45 - 20:45	Freibad	
	do	15:45 - 18:00	Freibad	
	fr	05:30 - 07:00	Freibad	
		15:30 - 17:00	Kraftraum	
		17:30 - 19:00	Freibad	
	sa	7:45 - 10:30 oder	Freibad	
		11:45 - 14:30		

### 2. Mannschaft

	mo	18:30-20:30	Freibad	Bodo Wermelskirchen
	di	18:30-20:30	Freibad	
	do	18:30-20:30	Freibad	
	fr	18:30-20:30	Freibad	

### Masters:

	mo	18:45-20:30	Freibad	Bodo Wermelskirchen
	mi	20:00-21:30	Freibad	
	fr	18:45-20:30	Freibad	

### Triathlon

	fr	18:45 - 20:00	Freibad (freies Training)
--	----	---------------	---------------------------

### Breitensport:

<b>Jugend1</b> (8-11 J.)	mo	15:30 - 16:30	Freibad	Nadine Cook/ Anja Krautwurst
	mi	17:00 - 18:00	Freibad	
<b>Jugend2</b> (11-15 J.)	mo	15:30 - 16:30	Freibad	Anja Krautwurst
	mi	17:00 - 18:00	Freibad	

### Freies Schwimmen

	di	18:45 - 20:15	Freibad	Ursula Herrmann
	do	18:45 - 20:00	Freibad	



## Turnabteilung

Anmeldung für Eltern-Kind-Gruppe bei Heike Schlangen Tel. 81417

<b>Eltern-Kind-Gruppe</b> (1-3 J.)	di	09:30-10:15	RGH	Fr. Schlangen
	di	10:30-11:15	RGH	Fr. Schlangen
<b>Bambini</b> (3-4 J.)	do	16.00-16.45	RS	Fr. Pütz

Anmeldung Kinder ab 4 Jahre grundsätzlich bei Frau Beer - Tel. 44839

<b>Kinder</b> (4-6 J.)	do	16.45-18.15	RS	Fr.Beer/ Fr.Rochulus/ Fr.Klingen
<b>Kinder</b> (6-10 J.)	mo	17.10-18.10	RS	Fr.Herbst / Fr.Beer/ L.Beer / Fr.Dominik
<b>Geräteturnen</b> (ab 9 J.)	mo	18.00-20.00	RS	H.Litaric/ Fr.Bali / Fr.Herbst
<b>Leistungsriege</b>	mo	18.00-20.00	RS	Fr.Friedrich / Fr.Sachse
	do	16.00-19.30	RS	Fr.Friedrich / Fr.Sachse
	fr	18.00-20.00	RS	Fr.Sachse / Fr. Weber
<b>Erw. Gym.1</b>	mo	20.00-22.00	HGS	Fr.Schlösser
<b>Erw. Gym.2</b>	do	18.30-19.30	RS	Fr.Rochulus
<b>Männer Ballgr.</b>	mo	20.00-22.00	SBH	H.Rezai



## Volleyballabteilung

<b>Damen 1</b>	di	20.00-22.00	H2	Fischer
	do	20.00-22.00	SPC	
<b>Damen 2</b>	mo/do	20.00-22.00	BSH	Franken
<b>Damen 3/w. A1</b>	di	18.00-20.00	BSH	Spaar
	fr	17.30-19.00	BSH	
<b>Damen 4</b>	mo	18.30-20.00	BSH	Paris
	fr	18.00-20.00	BSH	
<b>Herren 1</b>	mo/do	20.00-22.00	H2	Seeburg
<b>Herren 2/mJ</b>	mo	18.00-20.00	H2	Nickel-Hamel
	fr	18.00-21.00	BSH	
<b>jgL.Anfänger</b> ab 6 Jahre Ballgewöhnung	di	15.45-17.00	RBS	Franken/Paris
<b>w.E/F-Jgd./Anf.</b> ab 9 Jahre	di	17.00-18.00	RBS	Franken/Paris
<b>w.A1 (OL)</b>	mo/do	18.00-20.00	BSH	Franken/Faßbender
<b>w.A2 (OL)</b>	di/do	18.30-20.00	BSH	Faßbender
<b>w.A3/B2/C (Bez.L)</b>	mo/do	17.15-18.30	BSH	Paris
	mi	18.00-20.00	RBS	
<b>w.B1 (OL)</b>	mo	16.30-18.00	BSH	Franken
	fr	16.00-17.30	BSH	
<b>w.D1/E1 (OL)</b>	di	17.00-18.00	RBS	Franken
	do	16.30-18.00	BSH	
<b>w.D2/E2 (Bez.L.)</b>	mo/do	16.00-17.15	BSH	Paris
<b>Senioren</b>	do	20.00-22.00	SPC	Szelies
<b>Herren Freizeit</b>	mi	19.00-22.00	BSH	Lewerenz
<b>Mixed 1. Ma.</b>	mi	19.30-22.00	BSH	Lewerenz
<b>Mixed 2. Ma.</b>	mi	19.30-22.00	BSH	Felderer
<b>Mixed offen</b>	fr	20.00-22.00	H1	Lewerenz

Legende: AP = Aschenplatz, BSH = Berufsschulhalle, DU = Dormagen und Umgebung, GH = TSV-Gymnastikhalle, H1 = TSV-Halle 1, H2 = TSV-Halle 2, HGS = Hermann-Gmeiner-Schule (Bahnhofstr.), JZ = TSV-Judozentrum, KR1 = Kursraum1, KR2 = Kursraum2, KRR = TSV-Kraftraum, LG = Leibniz-Gymnasium (Hackenbroich), PTG = Parkplatz Tannenbusch Geopark, QP = Quarzplätze, RP = Rasenplatz, RBS = Regenbogenschule (Rheinfeld), RS = Realschule Dormagen, RGH = Realschule Gymnastikhalle, SAS = Salvatorschule (Nievenheim), SBH = Schule Burg Hackenbroich, SPC = Sportcenter, ST = TSV Stadion/Rheinauen, TAS = Theodor-Angerhausen-Schule, TS = Tannenbuschschule (Delhoven), WP = Werferplatz