



# Trainingsplan

Uhrzeit	Abteilung	Ansprechpartner	Kontaktinfo	Trainingsort
<b>MONTAG</b>				
16:15	Showtanzgruppe Cool Kids	Michaela Schwind-Grimm,	0171-4548914 <a href="mailto:michaela.schwind-grimm@vt-rockenhausen.de">michaela.schwind-grimm@vt-rockenhausen.de</a>	VTR-Halle
18:15	Koronarsport	Helmut Gass	06361-8518	VTR-Halle
19:00	Badminton	Lydia Seldenreich und Christian Rupp	0159-01022303	Donnersberghalle Rockenhausen
19:30	Volleyball	Eugen Leda	06361-5501	Donnersberghalle Rockenhausen
19:30	Bodyfit	Astrid Justen und Linda Merkel	06361-459956 / <a href="mailto:linda.merkel@vt-rockenhausen.de">linda.merkel@vt-rockenhausen.de</a>	VTR-Halle
20:00	Gymnastik Frauen	Waltraud Theobald	06361-8395	Sporthalle RS+
<b>DIENSTAG</b>				
18:00	Leichtathletik Ü14	Dennis Grün und Julian Merkel	0157-83620642 /	Stadion Obermühle (Sommer) VTR-Halle (Winter)
18:00	Lauftreff	Julian Merkel und Jonathan Kreilaus		Parkplatz Stadion Obermühle / Tennisplatz Degenbachtal Rockenhausen
18:30	Funktionsgymnastik	Bianca Zurmühlen und Astrid Justen	0176-50157204 / 0179-7775607	Sporthalle BBS
20:00	Männer-Kraftsport	Klaus Widmaier und Christoph Hahnenfeld	0160-7834391	VTR-Halle (Kraftraum)
<b>MITTWOCH</b>				
19:00	ZUMBA	Astrid Lenz	0171-8934905	VTR-Halle
19:45	MännerSportgruppe	Helmut Gass	06361-8518	BBS-Halle

## DONNERSTAG

15:30	Eltern-Kind Turnen Minis	Clara Bessei und Lena Anderson	info@vt-rockenhausen.de	VTR-Halle
16:00	Eltern-Kind Turnen Maxis	Clara Bessei und Lena Anderson	info@vt-rockenhausen.de	VTR-Halle
17:15	Leichtathletik U12	Daniel Gries, Chiara Tussing, Nele Händler, Phillip Lieser	01511-1190666	Stadion Obermühle (Sommer) BBS-Halle (Winter)
17:15	Fit for Kids	Friedrich Wolfsgruber und Christina Weintz	0170-2787024	Stadion Obermühle (Sommer) VTR-Halle (Winter)
18:30	Leichtathletik Ü14	Dennis Grün und Julian Merkel	0160-5511647	Stadion Obermühle (Sommer) BBS-Halle (Winter)
18:30	Sportabzeichen	Klaus Widmaier und Julian Merkel	0160-7834391, 0160-5511647	Stadion Obermühle Mai – September
18:30	Bodyshape	Katharina Bauer	01522-2415240	VTR-Halle
19:30	Gymnastik Frauen 50+	Hilde Christmann	06361-5210	VTR-Halle

## FREITAG

15:30	Kindertanzgruppe Tanzmäuse	Michaela Schwind-Grimm	0171-4548914	VTR-Halle
16:15	Showtanzgruppe Illusion	Nele Schwind, Jana Schlemmer,	0152-53502632	VTR-Halle
17:30	Volleyball – Teens	Peter Dziwnik / Bianca Zurmühlen	0176-50157204	BBS-Halle
18:00	Showtanzgruppe Attention	Larita Malachinski und Michelle Scheu	0176-62206018	VTR-Halle

Bitte beachtet, dass es kurzfristig zu Änderungen oder Ausfällen der Trainingseinheiten kommen kann.

**Ein unverbindliches Schnuppertraining ist jederzeit möglich.**

**Wendet euch dazu einfach an den jeweiligen Ansprechpartner und vereinbart einen Termin!**

Wir freuen uns auf euch!