

Wochentagsübersicht 2015

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag		
Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort
07.50 - 08.50	Fitness	GS Stieglitzweg gr. Halle	08.00 - 09.00	Fitness	GS Stieglitzweg gr. Halle	09.00 - 10.30	Walking Nordic Walking	Heidebad	08.30 - 10.30	Walking Nordic Walking	Wettlooppweg	10.45 - 11.45	Eltern-Kind-Turnen	Rotkäppchen	08.30 - 9.30	Wassergymn. (Kurs Reha)	Neukloster
09.00 - 10.30	Walking	Heidebad							08.30 - 10.30	Nordic Walking (Fortgeschr.)	Wettlooppweg				09.30 - 10.30	Wassergymn. (Kurs Reha)	Neukloster
									08.30 - 9.45	Yoga (Kurs)	GS Stieglitzweg Gymnastikhalle				11.00 -	Schwimmkurs (ab 3 J.)	Neukloster
									9.45 - 10.45	Eltern-Kind-Turnen	GS Altkloster kl. Halle				11.30 -	Schwimmkurs (ab 5 J.)	Neukloster
									10.00 - 11.30	Fitness und Entspannung	HPS Gymnastikhalle				12.15 -	Schwimmkurs (ab 5 J.)	Neukloster
15.00 - 16.00	Kids in Action (5 - 7 J.)	GS Altkloster gr. Halle	14.15 - 15.00	Schwimmkurs (ab 5 J.)	Neukloster	15.30 - 16.30	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	GS Stieglitzweg kl. Halle	15.00 - 16.00	Kids in Action (5-7 J.)	Rotkäppchen -1-	15.00 - 16.00	Fit bis ins hohe Alter 70+ / (Kurs)	GS Altkloster kl. Halle			
15.00 - 16.00	Kinder-Turnen (3-6 J.)	Harburger Str.	15.00 - 16.00	Kinder-Turnen (3-6 J.)	GS Altkloster gr. Halle	15.30 - 16.30	Kinder-Turnen (3-6 J.)	GS Stieglitzweg gr. Halle	15.00 - 16.00	Kinder-Turnen (3-6 J.)	Rotkäppchen -2-	15.00 - 18.00	Schwimmkurs (1x ab 3 J. + 1x ab 5 J.)	Neukloster			
16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	Harburger Str.	15.00 - 16.00	Fit bis ins hohe Alter 70+ / (Kurs)	GS Altkloster kl. Halle	16.30 - 17.30	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	GS Stieglitzweg kl. Halle	15.00 - 16.00	Wirbelsäulengymn	GS Altkloster (gr. Halle)	15.30-16.30	Kinder-Turnen (3-6 J.)	GS Stieglitzweg gr. Halle			
16.00 - 17.30	Basketball Anfänger	GS Altkloster gr. Halle	16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	GS Altkloster gr. Halle	16.30 - 17.30	Cross Training for kids (6-12 J.)	GS Stieglitzweg gr. Halle	16.00 - 18.00	WK-Aerobic	GS Altkloster gr. Halle	15.30 - 16.30	Aerobic Turnkids (5-8 Jahre)	GS Altkloster gr. Halle			
16.20 - 18.00	Yoga (Kurs)	GS Altkloster kl. Halle	16.00 - 17.00	Jazz (8-12 J.)	GS Altkloster Aula	17.15 - 18.45	Tanzen (Standard/Latein)	DGH Dammhausen	16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	Rotkäppchen -2-	16.15 - 17.15	Music an Move	GS Altkloster (kl. Halle)			
17.00 - 18.00	Wassergymn. (Kurs)	Neukloster	16.00 - 17.00	Funktionstraining	GS Altkloster Gymnastikhalle	17.30 - 18.30	Jazz (12-16 J.)	GS Stieglitzweg gr. Halle	16.00 - 17.00	Kids in Action (7-12 J.)	Rotkäppchen -1-	16.30-17.30	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 J.)	GS Stieglitzweg gr. Halle			
17.00 - 18.00	Schwimmkurs (ab 5 J.)	Neukloster	16.30 - 18.00	WK-Aerobic	SZ Süd -1-	17.30 - 18.30	Reha Wirbelsäulengymn.	GS Stieglitzweg kl. Halle	16.00 - 17.00	Funktionstraining	GS Altkloster Gymnastikhalle	16.30 - 17.15	Kinder-Tanz-Theater ab 4 Jahre	GS Altkloster (gr. Halle)			
17.30 - 18.45	Karate (8-10 J.)	GS Altkloster gr. Halle	17.00 - 18.00	Kids in Action (ab 6 J.)	GS Altkloster gr. Halle				17.00 - 18.45	Volleyball (U 18 wbl.)	Rotkäppchen 1+(2)	16.30 - 18.00	WK-Aerobic	SZ Süd -1+2-			
			17.30 - 22.00	Tischtennis	SZ Süd -4-				17.00 - 18.45	Volleyball (Anfänger)	Rotkäppchen 1+(2)	17.30 - 19.30	Jazz (JAM)	GS Altkloster kl. Halle			
									17.00 - 18.00	Wassergymn. (Kurs)	Neukloster						
18.00 - 19.00	Reha Wirbelsäulengymn.	GS Altkloster kl. Halle	18.00 - 19.00	Turnen für Mädchen Querbeetprogramm	GS Altkloster gr. Halle	18.00 - 19.00	Karate (Kinder)	GS Altkloster kl. Halle	18.00 - 19.00	Fitness / Rücken	GS Altkloster gr. Halle	18.00 - 19.00	Wassergymn. (Kurs)	Neukloster			
18.30 - 19.30	Aerobic meets Pilates	HPS alt	18.00 - 19.30	WK-Aerobic	SZ Süd -1-	18.00 - 19.00	Qi Gong (Kurs)	GS Altkloster gr. Halle	18.30 - 19.30	Zumba fitness	Albert Schweizer	18.00 - 19.30	Wettkampf-Aerobic	SZ Süd -1+2-			
18.45 - 20.15	Karate (Anfänger)	GS Altkloster gr. Halle	19.00 - 21.00	Sportaerobic	SZ Süd -1-	18.30 - 19.30	Fitness	GS Stieglitzweg gr. Halle	18.30 - 19.45	(Kurs) progr. Muskelentspannung	Kita Wassersterweg	18.30 - 20.00	Basketball U 18	SZ Süd -2-			
19.00 - 20.00	Reha Wirbelsäulengymn.	GS Altkloster kl. Halle	20.00 - 21.30	WK-Aerobic	SZ Süd -1-	18.30 - 19.30	Jazz (16-20 J.)	GS Stieglitzweg kl. Halle	18.40 - 20.05	Fitness / Spiel	Rotkäppchen 1+2	18.30 - 20.00	Basketball Herren	SZ Süd -3-			
19.00 - 20.00	Steppen	GS Harburger	18.00 - 20.00	Volleyball (U 20 wbl.)	BBS -3-	18.30 - 19.30	Boule (Petanque)	Apensener Str 5 Parkfläche	19.00 - 20.00	Fitness / Rücken	GS Altkloster gr. Halle	19.00 - 20.00	Wassergymn. (Kurs)	Neukloster			
19.30 - 20.30	Fitness	HPS alt	18.30 - 20.00	Tanzen (Sondertraining)	GS Stieglitzweg Aula	18.45 - 20.15	Tanzen (Standard)	GS Stieglitzweg Aula	19.00 - 20.00	Selbstverteidigung (10-15 J.)	HPS alt Gymn.Halle	19.00 - 20.15	Karate (Anfänger)	GS Altkloster gr. Halle			
20.00 - 21.30	Jazz (JAM)	GS Harburger	18.30 - 20.00	Baseball (Winter) -Jugend-	BBS -1-	19.00 - 21.45	Karate (Wettkampfr.)	GS Altkloster kl. Halle	20.00 - 21.00	Anti-Stress-Fitness Frauen und Männer	HPS alt gr. Halle	19.15 - 22.00	Tischtennis (Punktspiele)	SZ Süd -3-			
20.00 - 21.45	Volleyball (1. Damen)	HPS -1- (neu)	18.30 - 19.45	autogenes Training (Kurs)	Kita Wassersterweg	19.00 - 20.30	Walking	Heidebad	20.00 - 21.00	Volleyball (1. Herren)	BBS -2-	19.30 - 21.00	Aerobic Master	GS Altkloster (kl. Halle)			
20.00 - 21.45	Volleyball (1. Herren)	HPS -2- (neu)	18.45 - 19.45	Reha Wirbelsäulengymn.	GS Altkloster kl. Halle	19.30 - 20.30	Wohlfühlgymnastik	GS Stieglitzweg gr. Halle	20.00 - 21.45	Volleyball (2. Herren)	BBS -3-	20.00 - 21.45	Fitness-Spiel (Jedermann)	SZ Süd -2-			
20.15 - 21.45	Fitness / Spiel	SZ Süd -2-	19.00 - 20.00	Fit mit Pfiff	GS Altkloster gr. Halle	20.00 - 21.45	Baseball -Wintertraining-	HPS (neu) 1+2	20.00 - 21.45	Selbstverteidigung (ab 16 J.)	HPS alt Gymn.Halle	20.15 - 21.45	Karate (Fortgeschrittene)	GS Altkloster gr. Halle			
20.15 - 21.45	Karate (Fortgesch.)	GS Altkloster gr. Halle	19.00 - 20.00	Body Power	HPS (neu) -1-	20.00 - 21.45	Volleyball (Jedermann)	BBS -2+3-	20.05 - 21.30	Volleyball (Jedermann II)	Rotkäppchen						
			19.00 - 20.15	Basketball U 18	SZ Süd -2-	20.00 - 21.45	Volleyball (1. Damen)	BBS -2+3-									
			19.00 - 20.00	Zumba Gold	HPS (neu) -2-	20.15 - 21.45	Tanzen (Standard)	GS Stieglitzweg Aula									
			20.00 - 21.30	WK-Aerobic	SZ Süd -1-												
			20.15 - 21.15	Zumba Fitness	HPS (neu) -2-												
			20.00 - 21.15	Yoga (Kurs)	GS Altkloster kl. Halle												
			20.00 - 21.30	Tanzen (Standard)	GS Stieglitzweg Aula												
			20.00 - 21.45	Volleyball 2. Herren	BBS -3-												
			20.00 - 21.45	Selbstverteidigung	HPS (neu) 1												
			20.15 - 21.45	Basketball (Jedermann +Herren)	SZ Süd -2+3-												

Baseball findet in den Sommermonaten auf der Detlef Milke-Anlage statt,



Fußball	> siehe Internet / Aushang www.tsv-buxtehude-altkloster.de
Wandern/ Radwandern	
Kurse: Yoga, Schwimmen, Walking, Skigymn., autog. Training, progr. Muskel- entspannung	
weitere Informationen auch im Internet: www.tsv-buxtehude-altkloster.de	