

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Turn- und Sportverein von 1861 Oberammergau

Änderungen möglich

		Trainer/Übungsleiter	Trainingsorte
Einrad			
Montag 21:00 - 22:00	Erwachsene Anfänger und Fortgeschrittene	Viola Ott	Halle 3
Freitag 15:30 - 17:00	Mädchen und Buben Anfänger	Viola Ott	Halle 1
15:30 - 17:00	Mädchen und Buben Fortgeschrittene	Silke Fichtl	Halle 2
Fechten			
Montag 17:00 - 18:30	Kinder und Jugendliche ab 7 Jahren Florett	Monica Sedlmair-Hörmann/Hugo Rutz	Halle 3
18:30 - 19:30	Kinder und Jugendliche ab 12 Jh. Florett/Degen	Monica Sedlmair-Hörmann/Hugo Rutz	Halle 3
19:30 - 21:30	Jugendliche/Erwachsene Florett/Degen	Hugo Rutz/Monica Sedlmair-Hörmann	Halle 3
19:30 - 21:30	Jugendliche und Erwachsene Florett und Degen und Anfänger	Monica Sedlmair-Hörmann	Halle 3
Mittwoch 17:00 - 19:00	Leistungstraining Kinder/Jugendl. Florett/Degen	Monica Sedlmair-Hörmann	Halle 3
17:00 - 19:00	Einzellektionen Florett/Degen	Arkadij Schalman	Halle 3
Fitness			
Donnerstag 20:00 - 22:00	Anspruchsvolles Konditions- und Krafttraining	Max Rieder Diplom Sportlehrer Trainingswissenschaftler	Halle und Kraftraum
Fußball			
bis 16.11.2011	Trainingsplatz		
Dienstag 17:00 - 18:30	E-Junioren u. Juniorinnen Jahrgang 2001/2002	Falk Höckel	Trainingsplatz
19:00 - 21:00	F-Junioren u. Juniorinnen Jahrgang 2003/2004 1. und 2. Mannschaft	Detlef Raugust	Trainingsplatz
Donnerstag 17:30 - 18:30	G-Junioren u. Juniorinnen Jahrgang ab 2005	Falk Höckel	Trainingsplatz
19:00 - 21:00	1. und 2. Mannschaft	Detlef Raugust	Trainingsplatz
ab 14.11.2011	Sporthalle (witterungsabhängig)		
Dienstag 17:15 - 18:00	G-Junioren u. Juniorinnen Jahrgang ab 2005	Falk Höckel	Halle 1-2
18:00 - 19:00	F-Junioren u. Juniorinnen ab Jahrgang 2003/2004	Falk Höckel	Halle 1-2
20:00 - 22:00	1. und 2. Mannschaft	Detlef Raugust	Halle 1-3
Freitag 14:00 - 15:30	E-Junioren u. Juniorinnen Jahrgang 2001/2002	Falk Höckel	Halle 1-3

gesund und fit

Gymnastik			
Montag			
19:00 - 20:00	fit statt faul 50 plus	Christl Fischer	Halle 2
20:00 - 21:30	fit mit Stepp & Co	Cornelia Bartl	Halle 2
Dienstag			
08:30 - 10:00	Fit durchs Jahr Fitness für Frauen	Susann Göpfert	Halle 3
Mittwoch			
09:00 - 10:15	Wirbelsäulengymnastik	Christl Fischer	Halle 2
10:15 - 11:00	„Locker vom Hocker“ Seniorensport	Christl Fischer	Halle 2
20:00 - 21:30	fit for ever	Susann Göpfert	Halle 2
20:00 - 21:30	Damengymnastik	Margitta Ott	Turnhalle Grund/Hauptschule, Schulweg 1
Donnerstag			
19:00 - 20:00	Konditionstraining und Gymnastik für Männer	Bernhard Flemisch	Halle 3
Freitag			
20:00 - 21:30	Gymnastik Männer 50 plus	Dieter Dashuber	Halle 2

Aqua fit

Montag			
08:00 - 09:00	Wassergymnastik	Christl Fischer	Hallenbad Gesundheitszentrum Oberammergau Hubertusstr. 2
Donnerstag			
18:00 - 19:00	Wassergymnastik	Christl Fischer	Hallenbad Gesundheitszentrum Oberammergau Hubertusstr. 2

Wandern – Langlauf – Radeln

Die Wandergruppe trifft sich jeden 1. Dienstag im Monat zu Wanderungen oder Radtouren

Bärbel Müller-Juhre
Christl Klarmann

Treffpunkt Sport-
halle, Turnerweg 10

Programmorschau 2011/2012

04.10.2011 08:30 Uhr	Wank – Bienenberg zur Esterbergalm (B)	06.03.2012 10:00 Uhr	Schweigsee – Rottenbuch (T)
08.11.2011 10:00 Uhr	Kohlbachtal – Linderhof ab Graswang (T)	17.04.2012 09:00 Uhr	Wallgau – Krepelschrofen (T)
06.12.2011 10:00 Uhr	Wanderung und Nikolausfeier (T)	08.05.2012 09:00 Uhr	Bad Kohlgrub – Murnauer Moos Radltour
10.01.2012 10:00 Uhr	Winterwanderung ins Blaue (T)	12.06.2012 08:00 Uhr	Jochberg (B)
07.02.2012 10:00 Uhr	Auf König Ludwigs Spuren – Langlauf	03.07.2012 08:00 Uhr	Dammkarhütte bei Mittenwald (B)

(B) = Bergwanderung (T) = Talwanderung. Für Nichtmitglieder wird eine Versicherungspauschale von € 5,00 erhoben.

Wetterbedingte Änderungen möglich. Auskunft: Übungsleiterinnen

Koronar Herzsportgruppe

Montag			
9:30 - 21:30	Sport für Herzranke Bei den Sportstunden ist ein Arzt anwesend	Petra Hargasser Dipl. Sportlehrerin Franziska Bornstädt Dipl. Sportwissenschaftlerin	Hallenbad/Sporthalle Gesundheitszentrum Oberammergau Hubertusstr. 2

Rad Hallentraining			
MTB/Rennrad			
Montag			
19:00 - 20:00	Rollentraining Jugend und Erwachsene	Steffen Rein	Halle 1
20:00 - 22:00	Training allgemein Jugend und Erwachsene	Steffen Rein	Halle 1
Dienstag			
17:15 - 18:30	Konditionstraining Jugend 8 – 12 Jahre	Markus Reiser	Halle 3
20:30 - 22:00	Athletik- und Krafttraining	Markus Reiser	Halle 3
	Straßen- und Geländetraining siehe Aushang Schaukasten Sporthalle		
Neu! Bis Mitte/Ende Oktober			
Donnerstag			
17:00 - 18:30	Bambinis spielerisches MTB-Training für Kinder ab 6 Jahren	Monika Kleiner	Halle 2
Schach			
Montag			
16:00 - 18:00	Jugendschach für Anfänger und Fortgeschrittene ab 7 Jahren	Walter Becherer	Vereinsheim
20:00 - 22:30	Jugendliche und Erwachsene	Markus Zunterer	Vereinsheim
Ski alpin Hallentraining			
Dienstag			
19:00 - 20:00	Fun-Gruppe Training für Kinder/Jugendliche	Martin Kempfle	Halle 1
Donnerstag			
18:00 - 19:30	Konditions- und Koordinationstraining für Kinder und Jugendliche von 10 – 14 Jahren		Halle 2
	Pistentraining siehe Aushang Schaukasten Sporthalle		
Ski nordisch Hallentraining			
Mittwoch			
17:15 - 19:00	Kondition und Koordination für Kinder von 6 - 9 Jahren	Sabrina Freißl	Halle 1-2
19:00 - 20:00	Kondition und Koordination für Jugendliche von 10 - 16 Jahren	Helmut Fischer	Halle 2
Freitag			
18:00 - 19:30	Kondition und Koordination für Jugendliche von 10 - 16 Jahren	Helmut Fischer	Halle 2
	Loipentraining siehe Aushang Schaukasten Sporthalle		
Tischtennis			
Mittwoch			
18:00 - 19:30	Kinder und Jugendliche bis 13 Jahren	Josef Hala	Halle 1
19:30 - 22:00	Jugendliche und Erwachsene	Franz Klöck/Hans Wagner	Halle 1
Freitag			
17:00 - 18:30	Anfänger Kinder und Jugendliche	Herbert Schmidt	Halle 1-2
18:30 - 20:00	Jugendliche und Erwachsene	Herbert Schmidt	Halle 1
20:00 - 22:00	Wettkampf und Training	Herbert Schmidt	Halle 1

Turnen			
Montag			
16:00 - 17:00	Spiel und Spaß für die Kleinsten Eltern und Kinder ab 2 Jahren	Petra Hofmann	Halle 3
16:00 - 17:00	Kleinkinderturnen 4 - 6 Jahre	Carmen Steib	Halle 1
17:00 - 18:00	Mädchenturnen 6 - 8 Jahre	Christl Fischer/Carmen Steib	Halle 1
18:00 - 19:00	Mädchenturnen 9 Jahre und älter	Christl Fischer/Carmen Steib	Halle 1
17:00 - 18:30	Bubenturnen 6 - 9 Jahre	Gaby Zahler/Nannette Pongratz Carmen Keller	Halle 2
Donnerstag			
17:15 - 18:30	Mädchenturnen 8 - 10 Jahre	Gudrun Lehneis	Halle 1
18:30 - 20:00	Mädchen Wettkampfturnen	Gudrun Lehneis	Halle 1
Volleyball			
Dienstag			
18:30 - 20:00	B-Jugend Mädchen Jahrgang 95 und jünger	Heidi Davis	Halle 3
Mittwoch			
19:00 - 20:30	A-Jugend und Damen Jahrgang 93 und jünger	Heidi Davis	Halle 3
20:30 - 22:00	Mixed Freizeit-Volleyball Damen und Herren, auch Anfänger	Lisa Weber/Thomas Schulz	Halle 3
Donnerstag			
15:30 - 17:00	C-Jugend Mädchen Jahrgang 97 und jünger	Heidi Davis	Halle 3
17:00 - 19:00	B-Jugend Mädchen Jahrgang 95 und jünger	Heidi Davis	Halle 3
Freitag			
15:30 - 17:00	C-Jugend Mädchen und Buben Jahrgang 2001 und jünger	Heidi Davis	Halle 3
17:00 - 19:00	A-Jugend und Damen Jahrgang 93 und jünger	Heidi Davis	Halle 3

Bei allen Angeboten besteht die
Möglichkeit eines kostenlosen Schnuppertrainings

**Weitere Information zu unseren Angeboten erhalten Sie
bei unserer Geschäftsstelle am Turnerweg 10**

Mittwoch von 18:00 - 20:00 Uhr
Telefon 0 88 22/9 43 43 · Fax 0 88 41/92 35 36
E-Mail: info@tsv-oberammergau.de

Besuchen Sie unsere Homepage: www.tsv-oberammergau.de

