

# Hallenbelegungsplan TuSpo Jeinsen 2025



| Uhrzeit | Montag                                                         | Dienstag                                                                              | Mittwoch                                                                                     | Donnerstag                                                    | Freitag                                                          | Samstag                           | Sonntag                             |
|---------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 8:00    |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 8:30    |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   | Stand 15.09.2025                    |
| 9:00    |                                                                | <b>Rückenfit</b><br>Jessica Thurm                                                     | <b>Kindergarten</b>                                                                          |                                                               |                                                                  |                                   | <b>Bogenschießen</b><br>SSV Horrido |
| 9:30    |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 10:00   |                                                                | Calenberger Schule                                                                    |                                                                                              | Calenberger Schule                                            | Calenberger Schule                                               |                                   |                                     |
| 10:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 11:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 11:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 12:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 12:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 13:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              | <b>Kindergarten</b>                                           |                                                                  |                                   |                                     |
| 13:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 14:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  | <b>Tischtennis</b><br>Punktspiele | <b>Fußball</b>                      |
| 14:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 15:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 15:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 16:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 16:30   | <b>Senioren sport</b><br>Dr. Orna Grün                         | <b>Fun for Kids</b><br>Kindersport ab 8 Jahren<br>Kathy Fröhlich<br>16.30 - 18.00 Uhr | <b>(Ball) Spiele für Viele</b> 4<br>- 8 Jahre<br>Katrin Alten/Maja Müller<br>17.00-18.00 Uhr | <b>Kleinkinderturnen</b><br>Denise Jung / Isabel Stahl        |                                                                  |                                   |                                     |
| 17:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 17:30   | <b>Dance Kids</b><br>(ab 7 Jahre)<br>17:30 -18:15 Uhr          |                                                                                       |                                                                                              | <b>Step Aerobic</b><br>Kinder ab 8 Jahre<br>17.30 - 18.15 Uhr |                                                                  |                                   |                                     |
| 18:00   | <b>Brazuca Fitness</b><br>Andreea Dankworth<br>18.15-19.15 Uhr | <b>Tischtennis</b><br>Kinder/Jugend<br>Training<br>18.00 - 19.30 Uhr                  |                                                                                              | <b>Step Aerobic</b><br>Erwachsene 18.15 -<br>19.00 Uhr        | <b>Tischtennis</b><br>18.00 - 19.30<br>Kinder/Jugend<br>Training | <b>Fußball</b><br>Hobbyrunde      |                                     |
| 18:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 19:00   | <b>Fitnessgymnastik</b><br>Lisa Brinkmann<br>19.15 - 20.15 Uhr |                                                                                       | <b>Yoga</b><br>Jessica Thurm<br>19.00 - 20.30 Uhr                                            | <b>Donnerstagsrunde</b><br>Männer                             |                                                                  |                                   |                                     |
| 19:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 20:00   | <b>Volleyball</b><br>ab 20.15 Uhr                              | <b>Tischtennis</b><br>Erwachsene<br>19.30 -22.00 Uhr                                  | <b>Fußball</b>                                                                               | <b>Fußball</b><br>1. Herren (nur im<br>Winter)                | <b>Tischtennis</b><br>19.30 - 22.00<br>Erwachsene                |                                   |                                     |
| 20:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 21:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 21:30   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |
| 22:00   |                                                                |                                                                                       |                                                                                              |                                                               |                                                                  |                                   |                                     |