



Turnverein Niedernberg 1961 e.V.

www.tv-niedernberg.de

info@tv-niedernberg.de



Stand: 03/2025

SPORTPROGRAMM

⇒ Abteilung Turnen

Eltern-Kind-Turnen <i>Laufalter – bis 2 J.</i>	Petra Seitz, Sabrina Seitz, Anna-Lena Hock
Kleinkinder-Turnen <i>3 – 4 Jahre</i>	✉ daniela.braun@tv-niedernberg.de
Mittwoch 15:00 – 17:00 Uhr	Hans-Herrmann-Halle
Kinderturnen	(5 – 9 Jahre)
Montag 17:30 – 18:30 Uhr	Rosi Spall, Daniela Braun Hans-Herrmann-Halle
Jugendспорт	(10 – 16 Jahre)
Montag 18:30 – 19:30 Uhr	Daniela Braun Hans-Herrmann-Halle ☎ 2 05 22
Pilates	
Montag 17:45 – 18:45 Uhr	Sigrid Gehlert Hans-Herrmann-Halle
Bodystyling	
Montag 19:00 – 20:00 Uhr	Sigrid Gehlert Hans-Herrmann-Halle
Aerobic * BBP	
Montag 18:30 – 19:30 Uhr	Rosi Spall Hans-Herrmann-Halle ☎ (0 60 22) 3 16 26
aktiv & entspannt	
Montag 19:00 – 20:00 Uhr	Elvira Scholl-Hartlaub Schulturnhalle ☎ 35 14
Montagssportrockgruppe * Fitness	⇒ <i>Oktober - April</i>
Montag 18:00 – 19:00 Uhr	Ralf Hitzel Hans-Herrmann-Halle ☎ 0176 – 43 32 17 22
Modernes Rückentraining	
Dienstag 17:45 – 18:45 Uhr	Sigrid Gehlert Hans-Herrmann-Halle ☎ 38 75
Aroha®	
Dienstag 19:00 – 20:00 Uhr	Sigrid Gehlert Hans-Herrmann-Halle
Cardio Fitness	
Donnerstag 08:30 – 09:30 Uhr	Isabella Rollmann Hans-Herrmann-Halle ☎ 0175 – 464 933 4
Power & Fun	
Donnerstag 19:30 – 20:30 Uhr	Rosi Spall Schulturnhalle
Faszientraining	
Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr	Sigrid Gehlert Hans-Herrmann-Halle



Turnverein Niedernberg 1961 e.V.

www.tv-niedernberg.de

 info@tv-niedernberg.de



„Spring dich fit“ ~ Trampolin Fitness

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Alexis Buhler Hans-Herrmann-Halle

Entspannung & Progressive Muskelentspannung

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Angelika Schlett Hans-Herrmann-Halle

⇒ Abteilung Leichtathletik

✉ leichtathletik@tv-niedernberg.de

Minis (Kindergarten)

Donnerstag 15:30 – 16:30 Uhr Jennifer Seller Schulturnhalle

Kinder I (1. + 2. Klasse)

Donnerstag 16:30 – 17:30 Uhr Yvonne, Josefine Schulturnhalle

Kinder II (3. + 5. Klasse)

Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr Yvonne, Anna Schulturnhalle

Jugend (6. Klasse)

Donnerstag 18:30 – 19:30 Uhr Dominique, Yvonne Schulturnhalle

Lauftreff

× Treffpunkt Grillstation – Wald

▶ Gerlinde Schmidt ☎ 66 95

✉ gerlinde.schmidt@tv-niedernberg.de

Dienstag 15:00 – 16:00 Uhr
17:30 – 18:30 Uhr

Oktober – April
April – September

Donnerstag 15:00 – 16:00 Uhr
17:30 – 18:30 Uhr

Oktober – April
April – September

Samstag 15:00 – 16:00 Uhr

ganzjährig

⇒ Abteilung Volleyball

✉ volleyball@tv-niedernberg.de

Freizeit (w/m/d)

Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr Karin Pfeiffer Hans-Herrmann-Halle

Freizeit (w)

Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr Katja Jäger Schulturnhalle

⇒ Abteilung Handball

✉ Handball@tv-niedernberg.de

Abteilungsleitung: Danica Schwarzkopf ☎ 0176 – 64 29 52 80



tvniedernberg-handball.com