



# Sportangebote TV 01 Dettingen e.V. im Herbst/Winter 2022/23

Stand  
Aug. 2022



	Kultur- und Sporthalle Dettingen		Anton-Wombacher-Haus		Lindighalle			VRL/Foyer- ggf. Lindighalle wenn frei		Studio Vitalis		Geschäftszimmer	
Mo	17:00-18:30	Leistungsturnen Aufbaust.						9:00-10:00	Pilates	08.45-12.15	Fitness	17.00-19.00	Geschäftszeiten 3)
	18:30-20:00	Leistungsturnen Mädchen			16:00-19:00	Sportakrobatik	1/3	14:30-16:00	Diabetes + Krebsnachsorge	16.00-20.45	Fitness		
			18:15-19:25 (+ cool down)	ZUMBA	17:30-20:00	Tischtennis Jugend	2/3	17:00-18:00	Beckenbodengymnastik Anfänger				
					20:00-22:00	Tischtennis Erwachsene		19:00-20:00	Pilates				
Di	16:15-17:15	Sport-Mix			9:00 – 10:00	Vitalgymnastik für Frauen	1/3			08.45-12.15	Fitness		
	17:45-19:00	Sport für Menschen mit Behinderung	19:00-20:30	Langhantel Kursangebot				17:30-19:30	Tanzteam EPIES	16.00-20.45	Fitness	18:45-20:45	Herzsport
	18:45-21:30	Herzsport						19:00 -21:00	Tanzteams Ephorica und EPICA				
Mi	17:00-19:00	Sportakrobatik			10:00-11:15	Osteoporose	1/3	9:00-10:00	Beckenbodengymnastik Fortgeschr.	10:00–11:15	Osteoporose		Sitzungstermine
					15:00-16:30	Tanzen für Körper und Geist	1/3			16.00-20.45	Fitness		
	19:15-20:15	Bodyshape Kursangebot			18:00-20:30	Trampolin (Mittelstufe/Wettkampfr.)	1/3	17:00-18:45	Lungensport (Teilnahme nur mit Verordnung möglich)			19:15-20:15	Progressive Muskelentspannung (Kursangebot)
					18:30-20:00	Hap-Ki-Do	2/3	19:00-20:00	Hatha-Yoga (Kursangebot)				
Do	16:30-17:45	Anfänger Mädchenturnen 6-9 Jahre			15:00-16:00	Vorschulturnen Zwerge 3-4,5 J.	1/3			08.45-12.15	Fitness	09.00-11.00	Geschäftszeiten 3)
	17:00-18:30	Leistungsturnen Aufbaust.			16:15-17:15	Vorschulturnen Riesen 4,5-6 J.	2/3			16.00-20.45	Fitness	18.00-19.30	Autogenes Training und Meditation
	18:30-20:00	Leistungsturnen Mädchen			16:15-17:15	Wichtel 1,5-3 J.	1/3						
	20:15-21:45	Out/Indoor-Fitness			17:30-20:30	Trampolin (Anfänger und Mittelstufe)	2/3						
					20:15-22:00	Trampolin Oldies	2/3						
					17:30-20:00	Tischtennis Jugend	1/3						
Fr	15:30-17:00	Leichtathletik ab 6-12 J.			20:00-22:00	Tischtennis Erwachsene	1/3	16:00 – 17:15	Flip Feeds (6-10 Jahre)			14.30-16.00	Chakra (1. Fr. im Monat)
					16:00-20:00	Sportakrobatik	1/3			16.00-19:30	Fitness	18.00-	Sitzungstermine vorrangig
					18:30-20:00	Hap-Ki-Do	2/3					-----	Themen-Vorträge
Sa			10:00-11:15 (+ cool down)	ZUMBA	17:00-20:00	Trampolin (Mittelstufe/Wettkampfr.)	2/3			09.30-11.45	Fitness		

Wassergymnastik		
Dienstag	17:30-18:15	Wassergymnastik
	19:00–19:45	Behinderten-Sport (findet zurzeit nicht statt)
	19:15-20:00	Herzsport
Donnerstag	8:15–9:15	Wassergymnastik

**Bitte beachten: Betreten der Halle nur mit sauberen Sportschuhen gestattet!**

- 2) Teilnahmegebühr
- 3) Bayerische Schulerferien geschlossen
- 4) jeden 1. Freitag im Monat
- 5) von September bis April
- 6) Badminton Dienstag nur von April bis September

Alle Turnstunden nur für TVD Mitglieder. Andere Belegung nur mit Absprache Spartenleiter Sport und im Benehmen mit Gemeindeverwaltung!  
Reha-Sport: Mit Verordnung 60 Min Herzsport, 45 Minuten Allgemeinsport

Anton Wombacherhaus: Auwanne 1  
Kultur u. Sporthalle Dettingen: Schulstraße 30  
Lindighalle: Am Sportplatz  
Studio Vitalis: Obergeschoss Lindighalle, Tel. 06188/9948043  
Wassergymnastik: Schulschwimmbad Grundschule Schulstraße 30

Geschäftszimmer: Schulstraße 30, 63791 Karlstein  
Tel.: 06188/77370  
e-mail: [TVD-Karlstein@t-online.de](mailto:TVD-Karlstein@t-online.de)  
Internet: [www.tvdettlingen.de](http://www.tvdettlingen.de)  
Stand: August 2022