

# Übungsplan der Freien Turnerschaft

## Turnen - Abteilungsleiterin Bianca Lipphardt Tel.: 4 27 60

Dienstag	16.00-17.00 Uhr Kinderturnen (4-6 Jahre)	ÜL Heinemann / Jakobi	DVS
	17.00-18.30 Uhr Kinderturnen (7-12 Jahre)	ÜL Heinemann / Jakobi	DVS
Mittwoch	16.15-17.15 Uhr Eltern + Kind-Turnen	ÜL Meister	DVS
	17.15-18.15 Uhr Eltern + Kind-Turnen	ÜL Meister	DVS
Donnerstag	16.00-17.30 Uhr Geräteturnen P0, P1 + P2	ÜL Lipphardt	DVS
	17.00-18.30 Uhr Geräteturnen P3 + P4	ÜL Lipphardt	DVS
	18.30-19.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik	ÜL M.Rathfelder	DVS

**Wirbelsäulengymnastik: Ansprechpartnerin: M. Zwirner Tel.: 44 756**

## Gymnastik-Abteilungsleiterin Jutta Schmidt Tel.: 47 18 55

Dienstag	20.00-21.00 Uhr Fitness - Gymnastik	ÜL Evgenia Dementieva	DVS
Montag	15.00-16.00 Uhr Gymnastik für Senioren	ÜL Viehmann	DVS
Mittwoch	18:30-19.30 Uhr Zumba - Fitness®	ÜL Danhäuser	DVS
Freitag	18:30-19.30 Uhr Zumba - Gold®	ÜL Danhäuser	Saal

## Body and Dance - Abt.-Leiterin Iris Fiedler-Lauber Tel.: 467 27

Montag	18.00-19.00 Uhr Aerobic	ÜL Heinemann	DVS
	19:30-21:00 Uhr Yoga	ÜL Gürsüm Adas	ESH
Dienstag	18.45-19.45 Uhr Pilates	ÜL Heinemann	DVS
Mittwoch	9.00-10.00 Uhr Aerobic	ÜL Heinemann	ESH
	10.00-11.00 Uhr Aerobic	ÜL Heinemann	ESH

## Tischtennis - Abteilungsleiter Lucio Acenero Tel.: 40 20 56

Montag	19.00-21.30 Uhr Damen und Herren		
Mi. + Do.	19.45-21.30 Uhr Damen und Herren		
Freitag	16.00-18.00 Uhr Schüler	ÜL Florian Linsel	DVS
	18.00-19.30 Uhr Jugend	ÜL Raphael Schaub	
	19.30-21.30 Uhr Damen und Herren		

## Nordic-Walking Leitung Birgit Heinemann Tel.: 4 40 97

**Laufen nach Absprache!**

**Freitags** Treffpunkt: Ehem. Fahrradhof, Frankfurter Straße, Kassel-Ndzw.

# 1897 e.V. Kassel - Niederzwehren

## SHOW & Tanz - Ansprechpartnerin Nina Heyber Tel.: 76 69 35 5

Montag	16.00-16.55 Uhr Kinder 4 - 6 Jahre	ÜL Nina Heyber	DVS
Montag	17.00-17:55 Uhr Kinder 7 - 13 Jahre	ÜL Nina Heyber	DVS

In den Sommermonaten auch im Saal. Bitte vorher erfragen.

## Schwimmen - Übungsleiterin Jasmin Schwan Tel.: 0173/9183797

Freitag	17.00-18.30 Uhr Nichtschwimmer		CS
	17.45-18.30 Uhr Schwimmer		CS

(für Kinder ab 5 Jahren)

## Orchester - Abt.-Leiterin Vera Friese-Sandrock Tel.: 05673-640880

Montag	15:00-17:15 Uhr Einzelunterricht		K6
Mittwoch	16:00-16:45 Uhr Blockflöten	ÜL Lisa Lecke	K6
	Musikalische Früherziehung von 4-6J	findet z. Zt. leider nicht statt	
	18.00-20.00 Uhr Einzelunterricht		K6
Donnerstag	15:30-16:15 Uhr Blockflöten	ÜL Emma Rohde, Lisa Lecke	K6
	16:30-17:15 Uhr Blockflöten Anfänger	ÜL J. Werkmeister	K6
Freitag	18:00-19:30 Uhr Einzelunterricht		K6
	20.00-22.00 Uhr Orchesterprobe	ÜL C. Pietsch	ESH

## Geschäftsstelle: Tel.: 0561-98 659 744 mit Vorwahl wählen!

Mitgliederbetreuung E-Mail: [kontakt@ft-niederzwehren.de](mailto:kontakt@ft-niederzwehren.de)

## Presse: Timo Wolfram Tel.: 73 99 26 2

Vereinsnachrichten & Homepage E-Mail: [presse@ft-niederzwehren.de](mailto:presse@ft-niederzwehren.de)

### **Kürzel für Veranstaltungsorte**

CS Comenius-Schule (Leimbornschule)  
DVS Dorothea-Viehmänn-Schule  
ESH Elisabeth-Selbert-Haus

(Stand 1/2018)

K6 Knorrstraße 6  
PU Bereitschaftspolizei Ndzw.  
Saal FTN Saal im Olympia