

Das Angebot des TV 1994 Langenlonsheim e.V.

Stand 24.3.2025



Wochentag/Zeit	Sportangebot	akt. Stand	Ort	Übungsleiter	Kontakt
Montag:					
15:00-16:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 3 (1 Pers. = 1 Kind+Begl.)	reserviert für EK Turnen bei Bedarf	TV Halle	Andrea Roos / Lore Baum	0170 8057779
16:30-17:30 Uhr	Fit durch Tanz (Frauen)	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
18:30-19:30 Uhr	Nordic Walking (ca. April-Sept.)	Start 7.4.2025	Forsthaus	Katharina Wolf	kathaschneider1105@gmx.de
19:00-20:00 Uhr	KAHA	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
Dienstag:					
9:30-10:30 Uhr	Faszientraining	läuft	TV Halle	Martina Führ	0671 7948031
15:00-16:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 1 (1 Pers. = 1 Kind+Begl.)	läuft, max. ca. 15 Personen	TV Halle	Andrea Roos / Lore Baum	0170 8057779
16.15-17.15 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 2 (1 Pers. = 1 Kind+Begl.)	läuft, max. ca. 15 Personen	TV Halle	Andrea Roos / Lore Baum	0170 8057779
18:45-19:45 Uhr	Haltung und Bewegung	läuft	TV Halle	Katharina Wolf	kathaschneider1105@gmx.de
20:00-21:00 Uhr	Modernes Ganzkörpertraining (Frauen und Männer)	läuft	TV Halle	Elke Rausch	0176 24450328
Mittwoch:					
9:00-10:00 Uhr	KAHA	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
10:00-11:00 Uhr	Haltung und Bewegung	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
15:30-17:00 Uhr	Trittsicher durchs Leben (Frauen und Männer)	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
17:15-18:15 Uhr	Gesundheitsorientiertes Training an Geräten unter Anleitung	läuft, max. ca.15 Personen, bitte Anmeldung	TV Halle	Martina Führ	0671 7948031
18:30-19:25 Uhr	Pilates	läuft, bitte Anmeldung	TV Halle	Martina Führ	0671 7948031
19:35-20:30 Uhr	Fit und Mobil für Frauen	läuft	TV Halle	Astrid Fleckenstein	a_flecken.stein@freenet.de
Donnerstag:					
9:00-10:00 Uhr	Nordic Walking (ganzjährig)	läuft	Forsthaus	Christel Hempel	info@tv-lalo.de
16:00-17:00 Uhr	Leichtathletik (7-9 Jahre)	läuft	RS-Halle	M. T. Zajonz / Lore Baum	leichtathletik.lalo@gmx.de
16:00-16:45 Uhr	Kindertanz LaLollipops (4-6 Jahre)	läuft	TV Halle	Pongratz, Bogner, Schmitt	carina_pongratz@gmx.de
17:00-18:30 Uhr	Leichtathletik (ab 10 Jahre)	läuft	RS-Halle	Jenny Röser / Maiju Braun	leichtathletik.lalo@gmx.de
18:30-19.30 Uhr	Step Aerobic / Aerobic	läuft	TV Halle	Katharina Wolf	kathaschneider1105@gmx.de
19:45-20:45 Uhr	Aktueller Gymnastik Mix, Elemente Core, Faszien, Yoga, Barré	läuft	TV Halle	Anette Thiel	info@tv-lalo.de
Freitag:					
10:00-11:00 Uhr	Wassergymnastik	voraussichtlich ab Juni 2025	Freibad	Marion Koch	06704 2712
15:00-15:50 Uhr	Kinderturnen (4-6 Jahre)	läuft	RS-Halle	Elke Rausch	0176 24450328
16:00-16:50 Uhr	Kinderturnen (ab 1. Schulklasse)	läuft	RS-Halle	Elke Rausch	0176 24450328
19:00-20:00 Uhr	Fitness für Männer	läuft	TV Halle	Marion Pöhlmann-Münch	06704 511004
Sonntag:					
10:00-11:00 Uhr	Functional Workout Mix mit Fitness-Geräten	läuft, max. 15 Personen, bitte Anmeldung	TV Halle	Johannes Roos	06703 3399