

Das Angebot des TV 1994 Langenlonsheim e.V.

Stand 1.5.2026



Wochentag/Zeit	Sportangebot	Hinweise	Ort	Übungsleiter	Kontakt
Montag:					
Vormittag					
	Reinigung		TV Halle		
15:00-16:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 3	reserviert für EK Turnen bei Bedarf	TV Halle	Andrea Roos / Lore Baum	0170 8057779
16:15-17:00 Uhr	Fit durch Tanz (Frauen)	läuft	TV Halle	Marion Koch	06704 2712
17:15-18:15 Uhr	Ballgewöhnung für Kinder (ab 5 Jahren)	läuft	TV Halle	Katharina und Luis Wolf	kathaschneider1105@gmx.de
18:30-20:00 Uhr	Nordic Walking (ca. April-Sept.)	läuft, bis Herbst, dann Winterpause	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 Gruppe 1, 2-4 J. (Kind+Begleitung)	läuft	TV Halle	Andrea Roos, Lore Baum	0170 8057779
16:15-17:15 Uhr	Eltern-Kind-Turnen Gruppe 2, 2-4 J. (Kind+Begleitung)	läuft	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	TV Halle	Martina Führ	0671 7948031
18:30-19:25 Uhr	Pilates	läuft	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:					
Vormittag					
	Reinigung		TV Halle		
9:00-10:00 Uhr	Nordic Walking (ganzjährig)	läuft	Forsthaus	Christel Hempel	info@tv-lalo.de
15:30-16:15 Uhr	Kindertanz LaLollipops (ab 5 Jahren)	läuft	TV Halle	Verena Bogner / Sarah Roth	info@tv-lalo.de
16:30-17:30 Uhr	Leichtathletik (7-9 Jahre)	läuft	TV Halle*	M. T. Zajonz / Lore Baum	leichtathletik.lalo@gmx.de
17:30-18:30 Uhr	Leichtathletik (ab 10 Jahre)	läuft	TV Halle*	Jenny Röser / Maiju Braun	leichtathletik.lalo@gmx.de
18:40-19:35 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:					
8:30- 9:30 Uhr	Wichtelstübchen 1 (Krabbelgruppe für Kinder bis 2 Jahren)	läuft	TV Halle	Lisa Vogl	BEP@langenlonsheim.de
9:45-10:45 Uhr	Wichtelstübchen 2 (Krabbelgruppe für Kinder bis 2 Jahren)	läuft	TV Halle	Lisa Vogl	BEP@langenlonsheim.de
10:00-11:00 Uhr	Wassergymnastik	ab 26.6.2026	Freibad	Marion Koch	06704 2712
15:00-15:50 Uhr	Kinderturnen (4-6 Jahre)	läuft	TV Halle	Elke Rausch	0176 24450328
16:00-16:50 Uhr	Kinderturnen (ab 1. Schulklasse)	läuft	TV-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	TV Halle	Martina Führ/Anette Thiel	0671 7948031

* Das Leichtathletik Training wird je nach Witterung auch auf dem Außen-Sportgelände der Realschule stattfinden