

Trainings- und Hallenbelegungsplan



Handball

Montag:
15:30 - 17:00 (1) WJD
16:00 - 17:30 (6) MJE
16:30 - 18:00 (1) WJC
17:30 - 19:00 (6) MJC + MJD
17:30 - 19:00 (1) WJA
19:00 - 20:30 (1) 1. Herren
20:30 - 22:00 (1) Montagsmaler

Dienstag:
16:30 - 18:00 (1) WJB
17:30 - 19:00 (1) MJA
19:00 - 20:30 (1) 1. Damen
20:30 - 22:00 (1) 2. Herren

Mittwoch:
16:00 - 17:30 (1) MJE + WJD
17:30 - 19:00 (1) MJC + MJD
19:00 - 21:00 (1) 1. Herren
20:30 - 22:00 (1) 2. Damen

Donnerstag:
15:00 - 16:30 (1) WJE
16:30 - 18:00 (1) WJC
18:00 - 19:30 (1) WJA
19:30 - 21:00 (1) 1. Herren
20:30 - 22:00 (1) 2. Herren

Freitag:
15:00 - 16:30 (1) MINIS
16:30 - 18:00 (1) MJA
18:00 - 19:30 (1) WJB
19:30 - 21:30 (1) 1. Damen

Ansprechpartner:
Heike Gerst 04471/84974



Volleyball

Montag:
16:30 - 18:00 (6) MINIS weibl.
18:00 - 20:00 (6) U16 W / 4. Damen
18:30 - 20:30 (10) 1. Herren / U16 M
20:00 - 22:00 (10) 1.+5. Damen

Dienstag:
16:30 - 18:30 (6) 6. Damen / U13 W / Minis M
18:00 - 20:00 (6) 2. Damen
18:30 - 20:00 (6) 3. Damen
20:00 - 21:45 (6) 1. Damen
20:00 - 22:00 (6) Hobbytruppe

Mittwoch:
16:30 - 18:00 (6) 6. Damen / U12+U13 W
16:30 - 18:00 (6) M.Minis
18:00 - 20:00 (6) U16 W / 4. Damen
18:00 - 20:00 (6) 2. Damen
20:00 - 22:00 (6) Reserviert für Volleyball

Donnerstag:
18:00 - 20:00 (6) 3.+4. Damen / U16 W
18:30 - 20:00 (10) 5. Damen
18:30 - 20:00 (10) 1. Herren / M U16
20:30 - 22:00 (10) 1. Damen

Freitag:
15:00 - 16:30 (6) Mixed Minis
16:30 - 18:00 (6) U18 W / 2. Damen
16:30 - 18:00 (6) 1. Herren / U16 M
18:00 - 20:00 (6) 1. Damen
20:00 - 22:00 (6) Reserviert für Volleyball

Ansprechpartner:
Hubert Kulgemeyer 0171/5307791



Badminton

Montag:
19:00 - 20:15 (10) Mannschafts-spieler (nach Absprache)

Dienstag:
17:00 - 19:30 (10) Schüler / Jugend
17-18 Uhr Anfänger,
18-19.30 Uhr Mannschaftstraining (Jugend/Schüler)
19:30 - 22:00 (10) Senioren
19.30-20.00 Uhr Erwachsenentraining für Anfänger

Freitag:
17:00 - 19:30 (10) Schüler/ Jugend (Sommersaison)
18:00 - 20:00 (10) Schüler/ Jugend (Wintersaison)
19:30 - 22:00 (10) Senioren

Ansprechpartner:
Cornelia Bohmann 04471/185646
Adam Kulinski 0160/93317451

Mittwoch:
18:00 - 19:30 (2) Jugend II
19:30 - 21:00 (2) Erwachsene

Donnerstag:
16:00 - 17:30 (2) Kinder I
17:30 - 19:00 (2) Kinder II

Freitag:
18:00 - 19:30 (2) Jugend I
19:30 - 21:00 (2) Erwachsene

jeden 2. Samstag:
10:00 - 12:00 (2) Schnupperkurs

Ansprechpartner:
Roland Wilke 0177/5911258



Karate

Montag:
16:30 - 18:00 (10) Gruppe 1 (Anfänger)

Dienstag:
17:30 - 19:00 (4) Gr. 2 (ab Gelb, Orange, Grün)

Mittwoch:
16:30 - 18:00 (10) Gruppe 3 (Winter)
19:00 - 21:00 (10) Gruppe 3 (Sommer)

Freitag:
17:30 - 19:00 (4) Gruppe 1
19:00 - 21:00 (4) Gruppe 3

Samstag:
11:00 - 13:00 (4) Gruppe 2
13:00 - 15:00 (4) Meisterschaftsteiln.

Ansprechpartner:
Ümit Yükses 0172/1046036

Tanzen

Montag:
20:15 - 22:00 (2) Square Dance

Dienstag:
15:00 - 16:30 (2) Dance-Club (ab 10 J.)
19:00 - 20:00 (4) Jazz Dance

Freitag:
15:00 - 16:00 (2) Kindertanzen (5 - 6 J.)
16:00 - 17:00 (2) Kindertanzen (7 - 9 J.)

Sonntag:
Clogging und Irish Dance (2) Termine und Zeiten auf Anfrage bei Tina Kipp 04921/44433 oder 0162/1076075

Ansprechpartner:
SQUARE DANCE
Andrea Berdel 04471/85505
JAZZ DANCE
Maria Meckelnborg 04471/81261
KINDER TANZEN
Annette Eichner 04471/958747



Fitness- und Gesundheitskurse

Montag:
15:00 - 16:15 (2) Reha-Sport „Osteoporose“. Christa Schindel
16:15 - 17:30 (2) Reha-Sport „Osteoporose“ Christa Schindel
17:45 - 18:45 (2) Power Fitness. Aerobic + Stepp-Aerobic + Body Workout. Christa Schindel
19:00 - 20:00 (10) Rollstuhlsport „Rollis“. Markus Bohmann
Tel. 0177/6570292
19:00 - 20:00 (2) BBP Workout „Problemzonen“ Bauch, Beine, Po. Christa Schindel
20:00 - 21:00 (4) Bodyforming
Julia Hipke

Dienstag:
09:00 - 10:00 (je 1 Std.) (2) Fitness 50 plus.
Nelli Lohrey
10:00 - 11:00 (2) Gymnastik und mehr
Nelli Lohrey
09:15 - 10:15 (8) Nordic Walking
Christa Schindel
16:30 - 17:30 (2) Herz-Kreislauf
Christa Schindel
17:45 - 18:45 (2) Fit im Kreuz - Wirbelsäulen-fitness für Damen.
Christa Schindel
19:00 - 20:00 (2) Power-Mix
Christa Schindel
20:15 - 21:15 (2) Rücken Power
Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren
Christa Schindel

Mittwoch:
09:00 - 10:00 (2) Rückenfit.
Christa Block
10:00 - 11:00 (2) Easy Workout mit Stepp-Aerobic.
Christa Block
11:00 - 12:00 (2) 70+ „Es ist nie zu spät“. Nelli Lohrey
14:30 - 15:00 (7) Wassergymnastik.
Christa Schindel
15:00 - 15:45 (7) Aqua-Fitness.

Christa Schindel
15:00 - 18:00 (2) Psychomotorisches Training für Kinder
Kerstin Plackties
16:00 - 16:45 (7) Babyschwimmen 4-12 Monate. Christa Schindel
16:45 - 17:30 (7) Aqua Bambinies
Kleinkind Schwimmen (12-14 Monate)
Christa Schindel

Donnerstag:
09:15 - 10:15 (2) Fit ab 55. Christa Schindel
10:30 - 11:30 (2) BBP-Workout „Problemzonen“ Bauch, Beine, Po. Christa Schindel
17:15 - 18:00 (7) Aqua-Fitness
Christa Schindel
18:00 - 18:45 (7) Aqua-Power
Christa Schindel
18:45 - 19:30 (7) Aqua-Power
Christa Schindel
19:00 - 20:00 (2) Stepp-Aerobic I für Fortgeschrittene
Nelli Lohrey
20:00 - 21:00 (2) Stepp-Aerobic II für Einsteiger
Nelli Lohrey

Freitag:
08:45 - 09:30 (7) Aqua-Power. Christa Schindel
09:30 - 10:15 (7) Aqua-Fitness. Christa Schindel
10:15 - 10:45 (7) Wassergymnastik.
Christa Schindel
10:45 - 11:30 (7) Aqua-Power. Christa Schindel

Ansprechpartner:
Christa Schindel 04471/85858

Kraftraum
Angebote für die Nutzung des Kraftraumes finden Sie im Internet auf der Homepage des TVC unter www.tv-cloppenburg.de

Breitensport

Montag:
20:30 - 22:00 (1) „Montagsmaler“ Sport und Volleyball für jedermann



Dienstag:
14:15 - 16:15 (1) Faustball. Alt-Herren-Riege

Donnerstag:
18:30 - 20:00 (9) AH-Donnerstagsgruppe

Freitag:
19:00 - 22:00 (11) Sport für Senioren.
Alt-Herren-Riege

Das Training der Gruppe „Parkour“ findet wie folgt statt:

Samstag:
10:00 - 12:00 (1) Jugendliebe

Sonntag:
18:00 - 21:00 (1) Erwachsene

Ansprechpartner:
ALT-HERREN-RIEGE
Horst Schulze 04471/82467
Manfred Backhaus 04471/4051
MONTAGSMALER:
Fritz Strop 04471/2369
PARKOUR:
Denni Boszinovic 0172/4961582

Ansprechpartner:
ALT-HERREN-RIEGE
Horst Schulze 04471/82467
Manfred Backhaus 04471/4051
MONTAGSMALER:
Fritz Strop 04471/2369
PARKOUR:
Denni Boszinovic 0172/4961582

Kinderturnen

Montag:
15:00 - 16:00 (6) Kinderturnen 4-6 J.
15:15 - 16:30 (6) Kinderturnen 6-9 J.
16:00 - 17:00 (6) Eltern-Kind-Turnen 2-4 J.

Mittwoch:
15:15 - 16:30 (6) „Sport-Kids“ 8-10 J.

Donnerstag:
15:00 - 16:00 (6) Kinderturnen 4-6 J.
16:00 - 17:00 (6) Eltern-Kind-Turnen 2-4 J.

Freitag:
09:00 - 10:00 (2) Eltern-Kind-Turnen 2-4 J.
15:30 - 16:30 (4) Kinderturnen 4-6 J.
16:30 - 17:30 (4) Eltern-Kind-Turnen 2-4 J.

Ansprechpartner:
Sabine Hinxlage 04471/7514



Leichtathletik

Dienstag:
z. Zt. nach Absprache
10 - 13 Jahre

Donnerstag:
15:00 - 16:30 (6) 6 - 9 Jahre
16:30 - 18:00 (6) ab 10 Jahre

Das Freilufttraining im Sommerhalbjahr wird gruppenin-tern bekannt gegeben.

Ansprechpartner:
Harald Prepens 04471/82664

Trainingsorte:
(1) TVC-Halle Schulstraße
(2) Gymnastikraum TVC-Halle
(3) Kraftraum TVC-Halle
(4) CAG-Halle
(6) Turnhalle Bahnhofstraße
(7) Wellness-Center
Philipp-Reis-Straße
(8) Treffpunkt auf Nachfrage
(9) Andreashalle
(10) Turnhalle Leharstraße
(11) Turnhalle Cappelner Damm

Turnverein Cloppenburg e.V.
Ein Verein für die ganze Familie
1. Vorsitzender: Bernd Haver-mann, Tel. 04471-2238, haver-mann@tv-cloppenburg.de
2. Vorsitzender: Klaus Midden-dorf, Tel. 04471-958920 middendorf@tv-cloppenburg.de
Geschäftsführer: Stefan Steyer, Tel. 04471-4782, geschaeftsfuehrung@tv-cloppen-burg.de
Leiterin Finanzen: Marion Kal-lage, buchhaltung@tv-cloppen-burg.de
Leiter Sportbetrieb: Jürgen Toep-ler, Tel.: 04471-5141, juergen.toepler@ewetel.net

Hier bekommen Sie weitere Informationen:
www.tv-cloppenburg.de
Geschäftsstelle: TVC Halle, Schulstraße 10, 49661 Cloppen-burg, Tel. 04471/882493, Fax 882494, Hallentel. 83752
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr.: 10 - 12 Uhr und 15 - 18 Uhr (freitags bis 17 Uhr).
Die Geschäftsstelle ist während der Schulferien geschlossen.
Stand: September 2011