

Kinder- und Jugendliche Halle

Eltern-Kind-Turnen				
(ab 15 Monaten)	Di	9.20 – 10.20	A/B	
(ab 12 Monaten)	Do	15.00 – 16.00	A/B	
(ab 12 Monaten)	Do	16.00 – 17.00	A/B	
Kinderturnen für 3 – 5 J.	Do	17.00 – 18.00	A/B	
für 3 – 5 Jahre	Mo	15.30	Wolthusen	
für 5 – 8 Jahre	Di	15.00 – 16.30	A/B	
Gerätturnen				
für 5 - 8 Jahre Anfänger	Di	15.30 – 17.00	C	
Anfänger	Di	17.00 – 18.30	A	
ab 8 Jahre Anfänger	Mi	15.30 – 17.00	A/B	
ab 8 Jahre Fortgeschr.	Mi	16.30 – 18.00	A	
Wettkampftraining	Di	18.30 – 20.00	A	
ETV-Dragons (Cheerleading)				
für Kinder 8 -12 J.	Mi	15.30 – 16.30	C	
für Jugendliche	Fr	18.00 – 20.00	C	
nach Absprache	Sa	13.00 – 15.00		
Rhönradturnen	Fr	15.30 – 18.00	C	
Die Fliegenden Fische	Mo	15.30 – 17.30	A	
(Show-Turngruppe)	Do	16.00 – 18.00	C	
Gruppe Skyjumper	Fr	15.30 – 17.30	B	
Trampolinturnen	Fr	15.30 – 17.30	A	



Ballett und Tanz *

Ballett und Tanz				
- NEU: ab 4 Jahren	ab 15.1. Di	16.00 – 17.00	IGS	
- für Kinder ab 4 Jahren	Do	15.00 – 16.00	E	
- für Kinder ab 6 Jahren	^B Mi	15.30 – 16.30	E	
- für Kinder ab 8 Jahren	Di	17.00 – 18.00	IGS	
- für Kinder ab 10 Jahren	Do	16.30 – 18.00	IGS	
- für Jugendliche ab 13 J.	Mi	16.30 – 18.00	C	
- Hobbygruppe	Di	18.00 – 19.00	IGS	
Tanz Dich Fit 50+	Mo	10.00 – 11.00	A	

IGS = **Ballett**: Gymnastikraum der IGS Emden
(Hermann-Löns-Str. 23, Emden, über der IGS-Turnhalle)

Neu in 2019

Ballett für Kinder ab 4 Jahren:

ab 15.01.2019 dienstags 16.00 Uhr

Zusätzliche Yoga-Stunde

Montag, 09:00 - 10:30 Uhr

Halle E, Start: 07.01.2019

Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr

Halle E, Start: 10.01.2019



Bitte melden Sie sich in unserem Büro an
(auch wenn Sie erst mal Schnuppern möchten)

Vorbeikommen und ausprobieren! Schnuppern ist bei uns erlaubt!

Bitte kontaktieren Sie vor Teilnahme an
Funktionstrainings- und Wassergymnastik-
Angeboten unser Büro

Unser Büro gibt Ihnen gern Auskunft

Unsere Bürozeiten:

Montag	9.00 - 11.00 Uhr
Dienstag	9.00 - 11.00 Uhr und 16.30 - 18.00 Uhr
Mittwoch	10.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag	10.00 - 12.00 Uhr und 16.30 - 18.00 Uhr

oder senden Sie eine E-Mail an:
emderturnverein@t-online.de



www.emderturnverein.de

^B Alle Plätze belegt.

* Angebot mit Zusatzgebühr

Stand: 16.01.2019



Emder Turnverein
von 1861

mit *Judo Club Emden e.V.*,
Bewegungslounge
Kerstin Bleeker
und *Ballett und Tanz*



Emder Turnverein von 1861

Graf-Ulrich-Str. 2 * 26721 Emden

Tel. 04921 / 2 38 07 * Fax 04921 / 4 50 97 58

E-Mail: emderturnverein@t-online.de

Internet: www.emderturnverein.de

und auf Facebook

Fitness und Gymnastik Halle

4XF Crosstraining	Di	20.00 – 21.00	B
Bauch, Beine, Po	Mo	9.00 – 10.00	
	Mi	19.00 – 20.00	C
Fit & Gesund			
für Damen (ab 45 J.)	Mi	9.00 – 10.00	A/B
für Herren (ab 45 J.)	Mo	10.00 – 11.00	C
	Do	18.00 – 19.00	C
Fit mit Hanteln	Mi	9.00 – 10.00	C
Fitness Cocktail	Mo	18.30 – 19.30	E
Fitness-Gymnastik für Damen			
	Mi	18.00 – 19.00	C
Freizeitsport für Damen und Herren			
	Di	19.00 – 21.00	A
Gettworkout (GWO)			
Kooperation mit FH Emden	Mo	19.00 – 20.00	B
Gymnastik, Turnen und Spiele für Männer			
	Mo	19.00 – 21.00	A
Heavy Workout - Kraft- Kraftausdauer			
	Do	20.00 – 21.00	C
HOT IRON ®	Di	20.00 – 21.00	C



Fitness-Tanz-Programm

	Do	19.00 – 20.00	C
MMA - Mixed Martial Arts	Mo	21.00 – 22.00	C
(Selbstverteidigung)	Fr	20.00 – 21.30	C
Stockkampf	Mo	18.00 – 19.30	FH
Tanz Dich Fit 50+	Mo	10.00 – 11.00	A/B

„Fernöstlich“



Qigong	Do	10.00 – 11.00	C
T'ai-Chi	Mo	19.00 – 20.00	C
	Di	19.00 – 20.00	C
	Fr	10.00 – 11.00	C

Yoga	Fr	9.00 – 10.15	E
	Fr	10.15 – 11.30	E

Neu ab 07.01.19	Mo	9.00 – 10.30	E
Neu ab 10.01.19	Do	19.00 – 20.30	E



Gesundheitssport Halle

Funktionstraining (mit ärztl. Verordnung)			
	Mo	9.00 – 10.00	D
	Mo	10.00 – 11.00	D
	Di	17.00 – 18.00	C
	Di	18.00 – 19.00	C
	Mi	10.00 – 11.00	C
Funktionsgymnastik	Fr	10.00 – 11.00	A/B
Herzsportgruppe/Koronarsport			
	Di	18.00 – 19.00	B
	Mi	11.15 – 12.15	A/B
Pilates	Mo	19.30 – 20.30	E
	^B Do	18.00 – 19.00	E
Wirbelsäulengymnastik (präventiv)			
	^B Mo	17.45 – 18.45	D
	^B Mo	19.00 – 20.00	D
	^B Di	9.00 – 10.00	C
	^B Di	10.00 – 11.00	C
	Di	10.30 – 11.30	A/B

Wassergymnastik *

findet im Bewegungsbad des Krankenhauses statt. Informationen zu freien Plätzen erhalten Sie in unserem Büro.

Senioren-sport (kl S steht für Kleiner Saal in 1.Etage)

Bewegte Freizeit im Alter			
	Mi	10.00 – 11.00	kl.S
Tanz Dich Fit 50+	Mo	10.00 – 11.00	A

Frauen unter sich

Fit & Gesund für Damen			
ab 45 Jahren	Mi	9.00 – 10.00	A/B
Gymnastik für Damen	Mi	18.00 – 19.00	C

Männer unter sich

Fit & Gesund Herren	Mo	10.00 – 11.00	C
	Do	18.00 – 19.00	C
Gymnastik, Turnen, Spiele	Mo	20.00 – 22.00	A

Ball und Mannschaftssport Halle

Hobby-Fußball			
Sommer-saison:	Mo	18.00 – 20.00	
			Bronsplatz
Winter-saison:	Mi	20.30 – 22.00	A/B
Volleyball	Do	20.00 – 22.30	A/B

Basketball *

U12	(Wolthusen)	Mi	15.00 – 16.30
	(Wolthusen)	Fr	18.00 – 19.30
U14	(Früchteburg)	Di	18.00 – 19.30
	(Bronshalle)	Fr	17.30 – 19.00
U16	(Bronshalle)	Mo	16.00 – 17.30
	(Bronshalle)	Do	18.00 – 20.00
Damen ab 14. J (BBS II)		Di	20.00 – 22.00
	(Wallschule)	Fr	20.00 – 22.00
1. Herren	(Bronshalle)	Mo	17.30 – 19.00
	(Bronshalle)	Di	21.00 – 22.00
	(Bronshalle)	Fr	20.30 – 22.00
2. Herren	(Bronshalle)	Fr	20.30 – 22.00

Fechten *

Schüler (ab 8 Jahren)	Mo	16.00 – 18.00	C
Jugendliche	Mi	19.00 – 20.00	B
Erwachsene	Mi	20.00 – 22.00	C

Bewegungslounge

Kerstin Bleeker * Halle

Fitness	Mi	10.00 – 11.00	E
Stretching und Entspannung	Mi	18.00 – 19.00	E
Yoga	Do	9.00 – 10.00	E
	Do	10.00 – 11.00	E
Yoga trifft Pilates	Mi	17.00 – 18.00	E

^B Alle Plätze belegt.

* Angebot mit Zusatzgebühr

Stand: 16.01.2019