

## ÜBUNGSPLAN GERÄTETURNEN / PARKOUR / LEICHTATHLETIK

### GERÄTETURNEN

[turnen@tvjahnrhein.de](mailto:turnen@tvjahnrhein.de)

Angebot	Tag	Uhrzeit	Trainer/in	Ort
Fortgeschrittene	Montag	16.15 - 18.00	Julia, Mia, Nele	SH Johannesschule
Fortgeschrittene plus, Kür-Mannschaft	Montag	17.30 - 20.00	Julia, Nina	SH Johannesschule
Anfänger 5-10 Jahre	Dienstag	15.00 - 16.00	Claudia, Marion	SH Euregio-Gesamtschule (groß)
Anfänger 5-8 Jahre	Dienstag	16.30 - 17.30	Marion, Nele	SH Elsa Brandström-Realschule
Anfänger 9-12 Jahre	Dienstag	17.30 - 18.30	Marion, Nele	SH Elsa Brandström-Realschule
Anfänger 4-7 Jahre	Mittwoch	15.00 - 15.45	Marion, Ronja	TH Südeschule
Anfänger ab 8 Jahre	Mittwoch	15.45 - 16.30	Marion, Ronja	TH Südeschule
Fortgeschrittene	Mittwoch	16.15 - 18.00	Julia, Michelle	SH Johannesschule
Fortgeschrittene plus	Mittwoch	17.00 - 19.00	Julia	SH Johannesschule
Anfänger	Mittwoch	17.30 - 19.30	Michelle	SH Johannesschule
Fortgeschrittene	Donnerstag	16.15 - 18.00	Julia, Greta, Nele	SH Johannesschule
Fortgeschrittene plus, Kür-Mannschaft	Donnerstag	17.30 - 20.00	Wendy, Julia	SH Johannesschule
Anfänger plus	Freitag	17.45 - 19.45	Claudia	SH Johannesschule

Die rot markierten Gruppen sind voll. Bei Interesse trage dich/dein Kind auf die Warteliste ein unter [www.tvjahnrhein.de/turnen](http://www.tvjahnrhein.de/turnen). Wir kontaktieren dich.

### PARKOUR

[Darline Nahber / parkour@tvjahnrhein.de / 05971/974998](mailto:Darline.Nahber@tvjahnrhein.de)

Angebot	Tag	Uhrzeit	Trainer/in	Ort
KISS Parkour (3-6 J.)	Montag	15.00 - 16.00	Moritz Wenkers, Tom Muhmann, Lasse Lahrkamp	KDR-Halle, Sportforum
Sporties Trampolin & Parkour (6-12 J.)	Montag	16.30 - 18.00	Moritz Wenkers, Tom Muhmann, Lasse Lahrkamp	KDR-Halle, Sportforum
Sporties Parkour (6-12 J.)	Dienstag	16.30 - 17.45	Patrick Klimczak, Lina Lahrkamp	KDR-Halle, Sportforum
KISS meets Sporties Parkour (5-7 J.)	Dienstag	16.30 - 17.45	Moritz Wenkers, Oskar Molitor, Flora Molitor	SH Johannesschule
Sporties Parkour (6-12 J.) Fortgeschrittene	Mittwoch	16.45 - 18.00	Patrick Klimczak, Jaron Heckmann	SH Anette Schule
KISS meets Sporties Parkour (5-7 J.)	Donnerstag	16.30 - 17.45	Moritz Wenkers, Tom Muhmann, Greta Bergers	TH Paul-Gerhardt-Schule
Sporties Parkour (6-12 J.)	Samstag	11.45 - 12.55	Noel Stratmann, Jaron Heckmann	SH Johannesschule
Parkour (ab 10 J.)	Samstag	13.00 - 14.30	Alex Heinrich, Robin Dirkes, Patrick Klimczak	SH Johannesschule
Parkour freies Training (ab 10 J.)	Samstag	14.30 - 16.00	Alex Heinrich, Robin Dirkes, Patrick Klimczak	SH Johannesschule

Eine Teilnahme am Training ist nur mit vorheriger Anmeldung über Yolawo möglich

[www.tvjahnrhein.de/de/sportarten/parkour/](http://www.tvjahnrhein.de/de/sportarten/parkour/)

### LEICHTATHLETIK

[Martin Lange / leichtathletik@tvjahnrhein.de / 05971/8031880](mailto:Martin.Lange@tvjahnrhein.de)

Angebot	Tag	Uhrzeit	Trainer/in	Ort
Training für Jg. 2012-2015	Dienstag	16.30 - 18.00	Wolfgang Göcken	Jahnstadion
Training für Jg. 2012 und älter	Dienstag	16.30 - 18.00	Martin + Dörthe Lange	Jahnstadion
Athletik-/Krafttraining (nur nach Absprache)	Mittwoch	18.00 - 20.00	Martin Lange	Parkstr. 12
Kindertraining für Jg. 2015 und jünger	Freitag	15.30 - 17.00	Kerstin Lange	TH Kardinal-von-Galen Schule
Nachwuchstraining für Jg. 2015 - 2012	Freitag	17.00 - 18.30	Wolfgang Göcken	TH Kardinal-von-Galen Schule
Nachwuchstraining für Jg. 2012 und älter	Freitag	18.30 - 20.00	Martin + Dörthe Lange	TH Kardinal-von-Galen Schule

Das Sportabzeichen wird von April bis September abgenommen.