ÜBUNGSPLAN Stand 11/2025

HANDBALL

1. Herren	Di. 20.00 – 21.30	Sporthalle Dankersen	Timo Grannemann/ Lukas Conradi
1. Herren	Do. 20.00 – 21.30	Sporthalle Dankersen	Timo Grannemann/ Lukas Conradi
1. Herren	Fr. 20.00 – 21.30	OMZ/Parkstraße	Timo Grannemann/ Lukas Conradi
2. Herren	Do. 19.30 – 21.00	Sporthalle Dankersen	Sören Kunze
3. Herren	Mi. 20.30 – 22.00	Turnhalle Meißen	Michael Ohlemeyer
1. Frauen	Di. 19.30 – 21.00	Sporthalle Dankersen	Dietmar Niemann / Jasmin Bokoloh
1. Frauen	Fr. 18.30 – 20.00	OMZ/Parkstraße	Dietmar Niemann / Jasmin Bokoloh
A-Mädchen**	Mo. 18.30 – 20.00*	OMZ/Doppelturnhalle	Thiemo Naundorf/ Sven Kaatze (Lahde)
A-Mädchen**	Mi. 17.30 – 19.00*	Sekundarschule Lahde	Thiemo Naundorf/ Sven Kaatze (Lahde)
C-Jungen	Mi. 18.30 – 20.00*	OMZ/Parkstraße	Jan Coelho da Ponte/ Patrick Vorhölter
C-Jungen	Do. 18.00 – 19.30*	Sporthalle Dankersen	Jan Coelho da Ponte/ Patrick Vorhölter
C-Mädchen**	Mi. 16.45 – 18.15*	Sekundarschule Lahde	Sven Kaatze/ Anna-Lena Wiebke/ Andrea Gattner (jeweils Lahde)
C-Mädchen**	Do. 17.30 – 19.00*	Sekundarschule Lahde	Sven Kaatze/ Anna-Lena Wiebke/ Andrea Gattner (jeweils Lahde)
D-Jungen	Di. 17.30 – 19.00*	OMZ/Doppelturnhalle	Domenik Schäffer/ Lukas Wöpking
D-Jungen	Do. 18.00 – 19.30*	Sporthalle Dankersen	Domenik Schäffer/ Lukas Wöpking
D-Mädchen	Di. 17.30 – 19.00*	OMZ/Doppelturnhalle	Ida Horstmann/ Lisa Döpking
D-Mädchen	Fr. 17.00 – 18.30*	OMZ/Parkstraße	Ida Horstmann/ Lisa Döpking
E-Jugend (m/w)	Mo. 17.00 – 18.30*	OMZ/Doppelturnhalle	Leonie Meyer/ Elias Zacharias
E-Jugend (m/w)	Do. 17.00 – 18.30*	OMZ/Doppelturnhalle	Leonie Meyer/ Elias Zacharias
Super-Minis 2019 (ab 5 Jahre)	Di. 16.00 – 17.15*	Turnhalle Meißen	Isabel Hartmann
Minis 2017/2018	Di. 17.15 – 18.30*	Turnhalle Meißen	Isabel Hartmann
Handballkindergarten (ab 3,5 Jahre)	Di. 15.00 – 16.00*	Turnhalle Meißen	Isabel Hartmann

* = Treffen/Abholung jeweils 15 Min. vor bzw. nach den Trainingszeiten

** = Kooperation mit HSG Lahde/Petershagen

KUNSTTURNEN

Nachwuchsturnen	Mädchen und Jungen 4 – 5 Jahre	Mo. 15.00 – 16.20	Turnhalle Meißen
Leistungsturnen	Mädchen Altersklasse 5 / 6 / 7	Mo. 15.00 – 17.00 / 17.45	Turnhalle Meißen
	Mädchen Altersklasse 8 und älter	Mo. 16.30 – 19.30	Turnhalle Meißen
	Altersklasse 7 / 8	Do. 15.00 – 17.45 / 18.00	Turnhalle Meißen
	Mädchen Altersklasse 9 und älter	Do. 17.00 – 19.30	Turnhalle Meißen
	Mädchen Altersklasse 6/7	Sa. 9.00 – 11.30	Turnhalle Meißen
	Mädchen Altersklasse 8	Sa. 9.00 – 12.00	Turnhalle Meißen
	Mädchen Altersklasse 9 und älter	Sa. 11.00 – 14.00	Turnhalle Meißen
Trainer:	Abteilungsleitung Ines Gidius – Trainer – B-Lizenz Gerätturnen weiblich		
weitere Trainer:	Simone Pook – Trainer – C-Lizenz Gerätturnen weiblich, Dagmar Beinke, Kirstin Poeck (Ballett)		
Allgemeines Turnen	Mädchen 5 – 9 Jahre	Fr. 15.00 – 16.30	Turnhalle Meißen
	Mädchen ab 10 Jahre	Mi. 16.30 – 18.30	Turnhalle Meißen
Trainer:	Ines Gidius, Sarah Guddat, Fam Crumplin, Leonie Hasselmann, Karoline Kruse		

ÜBUNGSPLAN Stand 11/2025

BREITENSPORT

Eltern-Kind-Gruppe (ab 1 Jahr)	Mi. 14.45 – 16.15*	Turnhalle Meißen	Frank Schukowski
Frauenturnen I	Mo. 20.00 – 21.30	Turnhalle Meißen	Sandra Laufer
Frauenturnen II	Mi. 10.00 – 11.30	Turnhalle Meißen	Elke Deppermann
Dienstagsgruppe	Di. 18.30 – 20.00	Turnhalle Meißen	Klaus-Dieter Hartleb
Volleyball	Do. 20.00 – 22.00	Turnhalle Meißen	Sandra Laufer, Tim Rathert
	Fr. 19.30 – 22.00	Turnhalle Meißen	Matthias Thimm, Tim Rathert
Power-Workout	Mi. 18.30 – 19.30	Turnhalle Meißen	Jenny Bensack

GESUNDHEITSSPORT / KURSE

Herzsportgruppe	Di. 20.00 – 21.30	Turnhalle Meißen	Jocky Hensel
Rehasport-Gymnastik	Di. 9.00 – 10.00	Turnhalle Meißen	Sandra Werner
	Di. 10.00 – 11.00	Turnhalle Meißen	Sandra Werner
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 19.30 – 20.30	Turnhalle Meißen	Britta Kleinjans

* = Treffen/Abholung jeweils 15 Min. vor bzw. nach den Trainingszeiten

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Für die Kunden immer eine Hand am Ball – Provinzial Geschäftsstelle **Günter Kaschube**!

Viktoriastraße 35, 32423 Minden
Tel. +49 571 3887312
kaschube@provinzial.de