

### Turnhallennutzungsplan gültig ab 01. Oktober 2021 bis 30. September 2022

Die jeweils aktuellen Corona-Regeln für den Sportbetrieb (Indoor) sind zu beachten! Das Lüften zwischen den Trainingseinheiten ist unbedingt einzuplanen!

Tag	Kleine Sporthalle		Große Sporthalle			Gymnastikraum im SJH	
	Zeit	Sportart	Zeit	Sportart 1/2 Halle	Sportart 1/2 Halle	Zeit	Sportart
<b>Montag</b>	18.00 - 19.00	H.I.I.T.	16.30 - 18.00	Badminton Jugend Badminton offenes Training Tischtennis Erwachsene (z.T. auch kleine Halle)			Kurse lt. Aushang
	19.00 - 20.00	Tanzen	18.00 - 22.00				
	20.15 - 21.15	TT / bzw. Kurse lt. Aushang	20.00 - 23.30				
<b>Dienstag</b>	15.15 - 16.15	Psychomotorik (4 - 6 J.)	14.30 - 15.15	Kinderturnen Eltern-Kind-Turnen (ab 2 J.) Wettkampfturnen ab 5 J. Fußball Altherren (Winter) Fußball Herren (Winter)		8.45 - 9.45	Yoga
	16.30 - 17.30	Psychomotorik (6 - 8 J.)	15.30 - 16.15			10.00 - 11.00	Yoga
	17.45 - 18.45	Fitnessgymnastik	16.30 - 19.00			17.00 - 18.15	Pilates
	19.00 - 20.00	Fitnessworkout / BBP	19.15 - 20.45			18.30 - 19.45	Pilates
<b>Mittwoch</b>			15.30 - 16.30	Mädchenturnen (4-6 J.) Mädchenturnen (ab 7 J.) Tischtennis Jgd. (Sommer) Fußball Jgd. (Winter) * Fußball Damen (Winter)			
	18.00 - 19.00	Step Aerobic/WorkOut	16.30 - 18.00				
	19.15 - 20.15	Jazztanz Frauen	18.00 - 20.00				
	20.30 - 21.30	BBP	18.00 - 20.00				
<b>Donnerstag</b>	8.00 - 9.00	Step Aerobic		Jungen-Turnen *1 Wettkampfturnen (ab 5 J.) Faustball			*1 bis Juli 2022
	9.15 - 10.15	BBP	15.00 - 16.30				
	17.00 - 18.00	OKR	17.00 - 19.00				
	18.00 - 19.00	Fitness-Yoga	19.30 - 21.00				
	19.00 - 20.00	Wirbelsäulengymnastik					
20.00 - 21.00	H.I.T.						
<b>Freitag</b>			14.30 - 16.30	Fußball D2-Jgd. <i>Junger/alter Jahrgang</i> (Winter) * Fußball Jgd. <i>Migranten</i> (Winter) * Fußball Jgd. (Winter) * Jungen-Turnen *2 Tischtennis Kinder, Jgd. + Erw. / Badminton (in Abspr.)			*2 ab August 2022
			16.30 - 17.30				
			17.30 - 18.30				
	18.00 - 19.00	Tischtennis (Jugend bei Bedarf)	16.00 - 17.30				
	19.00 - 21.00	Tischtennis (Punktspiele bei Bedarf)	17.15 - 23.00				
<b>SA</b>			Punktspiele				
<b>SO</b>	siehe Wochenendnutzungsplan		siehe Wochenendnutzungsplan				

**Sportschießen im Sportjugendheim, Am Sportpark 1, Breklum - Mittwoch: 18.30 - 20.00 Uhr**

Stand: 31.05.2022

\* Hinweis: Die Zeiten der Fußballer werden durch die SG Mitte NF an die einzelnen Jugendmannschaften verteilt und später hier ergänzt.