

Wochenplan TV Schmalförden 2026

Wochentag		Gruppe	Ort	Ansprechpartner
Mo.	15:30 – 16:30	Eltern-Kind-Turnen (1-4 J.)	Sporthalle Scholen	Stefanie Friedrich Alexandra Kessler
	16:00 – 17:00	Turngruppe Jungen (4-8 J.)	Sporthalle Ehrenburg	Annabell Rademacher Frieda Schröder
	17:00 – 18:00	Kletterkids (6-10 Jahre)	Sporthalle Scholen	Stefanie Friedrich
	17:15 – 18:30	Turngruppe Jungen (8-15 J.)	Sporthalle Ehrenburg	Marlon Brending Annabell Rademacher
	18:45 – 20:00	BodyFit mit Kerstin	Sporthalle Ehrenburg	Kerstin Pankratz
	18:45 – 20:30	Thaiboxen u. Thaifitness Jugendliche und Erwachsene (ab 14 J.)	Sporthalle Ehrenburg / Fitnessraum	Nils Wohllann Yaroslav Kovalenko Jorge Wilkens Daniel Mais
Di.	15:00 – 16:15	Turngruppe Mädchen (5-8 J.)	Sporthalle Ehrenburg	Larissa Trikin
	16:00 – 18:00	Turngruppe Mädchen (6-18 J.)	Sporthalle Ehrenburg	Leonie Mohrlüder Marina Meins
	17:15 – 19:15 Mai – Okt. *	Leichtathletik, Abnahme Sportabzeichen	Sporthalle Ehrenburg und Sportplatz	Heino Rademacher Christina Scholz Jan Kanzelmeier
	18:30 – 20:00 (Mai – Sep.)	Beachvolleyball	Sportplatz (bei schlechter Wetterlage Volleyball in der Sporthalle)	Heino Rademacher
	19:00 – 20:00	Trampolin-Fitness	Dorfgemeinschaftshaus Neuenkirchen	Maren Sieck-Oetker
	19:00 – 20:00	Männerfitness	Sporthalle Ehrenburg	Alexander Melcher

Wochenplan TV Schmalförden 2026

Wochentag		Gruppe	Ort	Ansprechpartner
Di.	18:30 – 19:30	Ladies Plus Aktiv und Fit	Sporthalle Ehrenburg und Sportplatz	Andrea Eickhoff- Rademacher Larissa Trikin
	19.00 – 20:30	Yoga	Das Haus	Werner Kappe
	19:00 – 20:00 (Apr. – Okt.)	TV Rad II (Damen)	ausgewählte Fahrradrouten	Brigitte Plontke
	20:00 – 21:15	Prellball	Sporthalle Ehrenburg	Günter Grüppemeier
	20:00 – 21:45 (Okt – April) **	Volleyball, Ballspiele	Sporthalle Ehrenburg	Heino Rademacher
Mi.	15:15 – 16:30	Gesundheitssport für Kinder (5-12 Jahre)	Sporthalle Scholen	Andrea Eickhoff- Rademacher Anja Laue
	17:00 – 18:30 (April – Okt)	Boule – Training und Spiel	Bouleplatz neben der Kirche	Erwin Plontke Pit Rodenberg
	18:00 – 19:00	Gymnastik-/Walkinggruppe	Lindern Sprachheilkindergartenhalle im Winterhalbjahr Sulinger Land im Sommerhalbjahr Sporthalle	Astrid Meyer
	19:00 – 20:00	Badminton	Sporthalle Ehrenburg	Stephan Volkmann
	19:00 – 20:00	Fitnessdance	Sporthalle Ehrenburg	Franziska Schröder
Do.	19:00 – 20:00 (Apr. – Okt.)	Nordic-Walking	Ehrenburger Umland	Brigitte Plontke



Wochenplan TV Schmalförden 2026

Wochentag		Gruppe	Ort	Ansprechpartner
Do.	19:00 – 21:00 (Apr. – Okt.)	TV Rad – Frauen u. Männer	Kastens Gastwirtschaft (während der Sommerzeit) - Rennrad 30-50 km - E-Bike und Tourenräder 20-25 km mit ca. 22 – 25 km/h im Schnitt. - Und eine Gruppe die die 20 km gemütlich fährt. Unter 20 km/h im Schnitt.	Helmut Martens Olaf Schmidt
Fr.	15:15 – 16:00	Fit und Vital im Alter	Kirchenstübchen Schmalförden	Andrea Eickhoff- Rademacher
	16:00 – 18:30	Thaiboxen u. Thaifitness für Jugendliche und Erwachsene (ab 14 J.)	Sporthalle Ehrenburg / Fitnessraum	Nils Wohllann Yaroslav Kovalenko Jorge Wilkens Daniel Mais
	17:00 – 18:30	Jiu-Jitsu (8-14 J.)	Sporthalle Ehrenburg	Torsten Gräpel
	18:30 – 20:00	Freitagsfit Sport- u. Fitnessgruppe für Frauen und Männer	Sporthalle Ehrenburg	Werner Kappe Helmut Martens
	18:30 – 20:00	Jiu-Jitsu (ab14 J. u. Erwachsene)	Sporthalle Ehrenburg	Torsten Gräpel
So.	10:00 – 11:30	Lauftreff / Ausdauertraining – Frauen u. Männer	Treffpunkt Eingang Sporthalle Ehrenburg	Helmut Martens

* nicht in den Ferien ** findet zurzeit nicht statt



Wochenplan TV Schmalförden 2026

Fitnessraum

Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Montag	17:00 – 18:00	Ingrid Wulferding
	18:00 – 20:00	Heino Rademacher
	20:00 – 21:30 *	Andreas Schröder Frank Maschmann
Dienstag	18:00 – 19:30	Helma Köhrmann
Mittwoch	20:00 – 21:30	Rolf Helmke
Donnerstag	18:00 – 19.:00 **	Werner Grönheim
	19:30 – 20:30	Ingrid Wulferding
	18:00 – 20:00	TV Rad (in den Wintermonaten)
Freitag		gem. Absprache

*nach Absprache ** (Okt.-März)