

Freizeitsport Erwachsene

Gymnastikgruppen Erwachsene - Frauen

Die Gymnastikgruppen kombinieren Sport mit geselligem Beisammensein und organisieren gemeinsame Ausflüge, Theaterbesuche etc.



Fit & Fun (Jusihalle Kohlberg)

Die Gymnastikgruppe besteht aus ca. 20 Frauen im Alter ab 35 Jahren.

Der Schwerpunkt der Gymnastik liegt auf funktioneller Gymnastik. Dabei kommen Kleingeräte, wie Hanteln, Pilates-Bälle oder Therabänder zum Einsatz.

Trainingszeiten: Mittwoch 19.30 – 20.30 Uhr, Übungsleiterin Tanja Pflüger/Senta Kittelberger

Gymnastikgruppe I (Jusihalle Kohlberg)

Die Gymnastikgruppe besteht aus ca. 25 Frauen ab ca. 55 Jahren.

Der Schwerpunkt der Gymnastik liegt auf Lockerungs- und Dehnungsübungen sowie der Verbesserung der Beweglichkeit unterstützt durch Kleingeräte.

Trainingszeiten: Mittwoch 20.30 – 21.30 Uhr, Übungsleiterin Tanja Pflüger

Gymnastikgruppe II (Jusihalle Kohlberg)

Die Gymnastikgruppe besteht aus ca. 20 Frauen ab ca. 65 Jahren.

Der Schwerpunkt der Gymnastik liegt auf der Kräftigung der Muskulatur unterstützt durch Kleingeräte.

Trainingszeiten: Dienstag 19.30 – 20.30 Uhr, Übungsleiterin Olga Bauer

Kursprogramm des TSV Kohlberg

Der TSV Kohlberg bietet ein breites Spektrum an Kursen für **Frauen und Männer** an, wie z.B.: Zumba, Yoga, Gerätturnen Erwachsene, Fitness-Mix, PfuFiMo (Pfundig, Fit& Mobil), 5-Esslinger, Step-Aerobic, Gesundheitskurse, wie Rückentraining oder Fitnessgymnastik, die z.T. durch Krankenkassen gefördert werden. Die Teilnahme am Kursprogramm ist an **keine Vereinsmitgliedschaft** gebunden, da Kursgebühren anfallen.

Die Kurse finden fast alle im **Vereinszentrum Alte Schule in Kohlberg** statt.

Details zu den einzelnen Kursen unter folgender Internetadresse:

<http://tsv-kohlberg.de/kursangebote/>

Ansprechpartnerin Sportangebot Turnen & Freizeitsport Kinder/Jugendliche/Erwachsene

Gabi Röschel, Abteilungsleiterin Turnen
Telefon 07025/6868

Freizeitsport Erwachsene

Fußball Aktive

Der TSV Kohlberg stellt in der Saison 2018/19 zwei aktive Fußballmannschaften.

Die 1. Mannschaft des TSV Kohlberg spielt in der Kreisliga B, Staffel 5 und wird trainiert von Oliver Kurz und Martin Schaich. Die 2. Mannschaft des TSV Kohlberg spielt in einer Spielgemeinschaft mit dem VfB Neuffen in der Kreisliga B, Staffel 4 und wird trainiert von Spielertrainer Mario Schlotterbeck. Neue Spieler sind in beiden Mannschaften herzlich willkommen.

Trainingszeiten: Dienstag ab 19.30 Uhr, Sportplatz Kohlberg
(2. Mannschaft 14-tägig im Wechsel mit Neuffen)
Donnerstag ab 19.30 Uhr, Sportplatz Kohlberg



Damen Freizeitliga (ab 15 Jahren)

Trainingszeiten: Dienstag 18.30 – 20.00 Uhr,
Sportplatz Kohlberg/Kappishäusern, 14-tägig Wechsel
Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr, Sportplatz Kohlberg

Trainer: Rainer Hess / Benedikt Eberle



Fußball AH

Das Angebot für alle Fußballer, die nach ihrer aktiven Zeit weiterhin Fußball spielen möchten. Neue Spieler sind auch hier herzlich willkommen.

Trainingszeiten: bis Mitte Oktober Freitag, dann Donnerstag, jeweils ab 19.30 Uhr, Kohlberg
Ansprechpartner Fußball AH: Peter Fix, Telefon: 07025/837341

Volleyball

Ihr sucht einen sportlichen Ausgleich zum Alltag, im Beruf, Studium oder Schule? Dann seid ihr bei uns genau richtig. Die Abteilung Volleyball lädt jeden ab 18 Jahren mit Lust am Ballsport ein, an unserem Training teilzunehmen. Im Sommer bietet unser neues Beachvolleyballfeld eine ideale Location für spannende Partien. Interessiert? Dann melde dich unter jusi-x-pack@gmx.de oder schau einfach bei uns im Training vorbei. Wir freuen uns auf dich!

Trainingszeiten Freitag, 19:30 Uhr, Jusihalle Kohlberg
Sommer: Beachvolleyballfeld, Sportplatz Kohlberg

Trainer: Michael Wolf

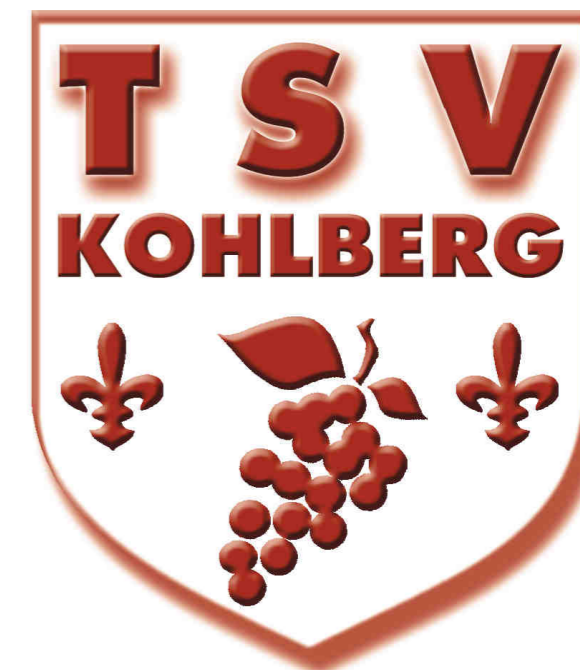
Ski

Alle Infos zur Skiabteilung, insbesondere zu Kinderskikursen im Wuschelland, Skiausfahrten und Sportangeboten im Internet (www.tsv-kohlberg.de/ski) und im separaten Flyer der Skiabteilung, der zum Beginn der Skisaison erscheint.

Sportangebot des TSV Kohlberg

www.tsv-kohlberg.de

gültig ab Herbst 2018



Fußball – Turnen – Ski – Volleyball

TSV Kohlberg 1896 e.V.
Hardtstraße 11
72664 Kohlberg

Turnen Kinder / Jugendliche

Die Kinder- und Jugendgruppen beginnen am Montag, 17.09.18 und finden nur außerhalb der Schulferien statt. Unterjährige Änderungen vorbehalten. Weitere Details entnehmen Sie bitte dem Internet unter www.tsv-kohlberg.de.

DTB Kinderturnclub

Der TSV Kohlberg ist Mitglied im DTB Kinderturnclub.

Details hierzu finden Sie unter: <http://tsv-kohlberg.de/turnen/turnen/dtb-kinderturnclub/>

Kleinkinder-/Vorschulturnen (Jusihalle Kohlberg)

In den Turnstunden erfahren die Kinder motorische Grundfähigkeiten wie z.B. rollen, hüpfen, hangeln, stützen an Groß- und Kleingeräten, Bewegungslandschaften, welche Grobmotorik, Koordination und Konzentration fördern. Spiel und Spaß mit und ohne Musik unterstützen den Bewegungsdrang.

Eltern-Kind-Turnen (Alter: 2 – 4 Jahre), Jusihalle

Termin: Montag 15.30 – 16.30 Uhr (Nov.- Mrz. 15.15 - 16.15 Uhr)

Übungsleiterin: Sylvia Deyle

Zwergenturnen (Alter 4 – 5 Jahre), Jusihalle

Termin: Montag 16.30 – 17.30 Uhr (Nov. - Mrz. 16.15 - 17.15 Uhr)

Übungsleiterin: Tanja Felbinger / Jenny Eppinger

Bärenturnen (Alter 5 – 6 Jahre), Jusihalle

Termin: Mittwoch 14.30 – 15.30 Uhr

Übungsleiterin: Maren Höller

Gerätturnen (Jusihalle Kohlberg)

Hier wird spielerisch der Spaß an der Leistung vermittelt. Kraft, Koordination und Beweglichkeit werden ebenso geschult, wie kognitive Fähigkeiten beispielsweise Konzentration oder Durchhaltevermögen. Das Üben an den Geräten Sprung, Reck/Stufenbarren, Schwebebalken, Boden und Trampolin soll zur Teilnahme an Wettkämpfen hinführen. Dabei achten wir stets auf das individuelle Leistungsvermögen.

Gerätturnen Jungen Level 1 – 3 (ab Jahrgang 2009 – 2012)

Termin: Donnerstag 16.15 – 17.45 Uhr Übungsleiter Uli Münzenmaier & Team

Gerätturnen Mädchen Level 1 – 2 (Jahrgang 2009 – 2013)

Termin: Dienstag 16.30 – 18.00 Uhr Übungsleiterin Christina Maisch & Team

Freitag 15.00 – 16.30 Uhr

Gerätturnen Mädchen Level 1 – 2 (Jahrgang 2008 & älter)

Termin: Dienstag 18.00 – 19.30 Uhr Übungsleiterin Christina Maisch & Team

Gerätturnen Mädchen/Jungen Level 3 – 5 (Jahrgang 2008 & älter)

Termin: Dienstag 18.00 – 19.30 Uhr Übungsleiterin Christina Maisch & Team

Freitag 15.00 – 16.30 Uhr



Freizeitsport Kinder / Jugendliche

Fun Kids (Jusihalle Kohlberg)

Die Fun Kids Gruppen für *Jungen und Mädchen* sind auf Breitensport ausgerichtet und legen ihren Schwerpunkt auf ein vielseitiges, abwechslungsreiches Bewegungsangebot, bei dem der Spaß im Vordergrund steht. Ein vielseitiges Spektrum wird hier abgedeckt, d.h. Spiele, Leichtathletik, Koordinationstraining, Turnen mit unterschiedlichen Geräten, Zirkeltraining...

Fun Kids I (Alter: 1./2. Klasse)

Termin: Mittwoch 15.30 – 16.30 Uhr

Fun Kids II (Alter: ab 3. Klasse)

Termin: Mittwoch 18.15 – 19.30 Uhr

Übungsleiterin: Verena Diecke (für beide Gruppen)

Rope Skipping (Jusihalle Kohlberg)

Spaß am Springen mit dem Seil? Einsteiger erlernen die Grundelemente des Rope Skipplings, von Speed, Criss Cross bis zum Double Under, wobei die Technik ständig verbessert und mit akrobatischen Sprung-elementen gemischt wird. Dabei werden in erster Linie Kraft, Ausdauer und Koordination trainiert.

Rope Skipping I (Alter: 1 – 4. Klasse)

Termin: Dienstag 15.30 – 16.30 Uhr, Übungsleiterin Sandra Rasch

Rope Skipping II (Alter: 5. - 6. Klasse)

Termin: Freitag 17.30 – 18.30 Uhr, Übungsleiterin Sina Eppinger

Rope Skipping III (Alter: ab 7. Klasse)

Termin: Freitag 17.30 – 18.30 Uhr, Übungsleiterin Anja Schaich

Rope Skipping Showgruppe

Termin: Freitag 18.30 – 19.30 Uhr, Übungsleiterin Tamara Rehm



Tanzen (Vereinszentrum Alte Schule Kohlberg)

Lust auf Zumba zu lateinamerikanischer Musik oder Hip Hop zu aktueller Musik mit interessanten Choreographien und Spaß am Tanzen? Dann ist dieses Angebot genau richtig! Hier wird getanzt und dabei Koordination und Konzentration gefördert.

Zumba Junior (Alter: 5 – 7 Jahre)

Termin: Mittwoch 16.30 – 17.30 Uhr

Übungsleiterin: Claudia Gonschorek

Zumba Kids (Alter: 8 – 12 Jahre)

Termin: Mittwoch 17.30 – 18.30 Uhr

Übungsleiterin: Claudia Gonschorek

Hip Hop for Teens (ab 12 Jahre)

Termin: Donnerstag 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Übungsleiterin: Marie Henkes



Fußball Kinder / Jugendliche

Fußballbegeisterten Kindern und Jugendlichen können wir dank der Spielgemeinschaften mit den umliegenden Vereinen in allen Altersklassen ein qualifiziertes Trainingsangebot bieten.

Fußball-Bambinis / Minis (Jahrgang 2012/jünger)

Trainingszeiten Sportplatz: Freitag 14.00 – 15.00 Uhr, Kohlberg

Trainer: Patric Maier

F-Junioren (Jahrgang 2010/2011)

Trainingszeiten Sportplatz: Dienstag 17.30 – 18.30 Uhr, Kohlberg

Donnerstag 17.30 – 18.30 Uhr, Kohlberg

Trainer: Julian Ade, Felix Euchner, Maik Schneider

E-Junioren (Jahrgang 2008/2009)

Trainingszeiten Sportplatz: Montag 17.00 – 18.30 Uhr, Neuffen

Mittwoch 17.00 – 18.30 Uhr, Neuffen

Trainer: Mariano Garcia, Markus Müller, Maxi Nebenführ

D-Junioren (Jahrgang 2006/2007)

Trainingszeiten Sportplatz: Dienstag 18.00 – 19.30 Uhr, Kohlberg

Donnerstag 18.00 – 19.30 Uhr, Kohlberg

Trainer: Manfred Hämmerling, Ralf Paertmann, Nicandro Russo, Heiko Schur

C-Junioren (Jahrgang 2004/2005)

Trainingszeiten Sportplatz: Montag 18.15 – 20.00 Uhr, Beuren

Mittwoch 18.15 – 20.00 Uhr, Beuren

Trainer: Ralf Kaufmann, Filippo Russo, Colin Schnizler, Joachim/Paul Wallisch

B-Junioren (Jahrgang 2002/2003)

Trainingszeiten: Montag 19.00 – 20.30 Uhr, Linsenhofen

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, Linsenhofen

Trainer: Rolf Brikmaier, Frank Hoss, Martin Staas, Steffen Wörz

A-Junioren (Jahrgang 2000/2001)

Trainingszeiten: Montag 19.00 – 20.30 Uhr, Neuffen

Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr, Neuffen

Trainer: Josha Nimmrichter, Maurice Schapp, Tobi Spreitzer, Kai Wörner

Die Hallentrainingszeiten in der Wintersaison werden von den Trainern in den jeweiligen Jugenden (Minis – E-Junioren) bekannt gegeben.

Ansprechpartner Fußball Kinder /Jugendliche

Tobias Bader (Jugendkoordinator): 0157/39640520

Tobias. Egner (Bambini bis E-Junioren): 0170/7355413

Stefan Schäfer (D- bis A-Junioren): 0151/54700963

