

Sportangebot TV Sersheim 1904 e.V.

Elementarbereich/Kinderturnen

Bewegen, Üben, Spielen, Mitmachen, Erleben und Können

Turnzwerge ab 1 Jahr

Freitag, 11.30 - 12.15 Uhr Gymnastikhalle

Eltern-Kind-Turnen 2 ½ - 4 ½ Jahre

Dienstag, 16.00 - 17.00 Uhr Sport- u. Kulturhalle

Turn- und Tanzkids 3 ½ - 5 Jahre – ohne Eltern

Donnerstag, 15.30 - 16.30 Uhr Gymnastikhalle
begrenzte Teilnehmerzahl!

Kinderturnen weiblich/männlich 4 ½ - 6 Jahre

Montag, 16.15 - 17.15 Uhr Sport- u. Kulturhalle

Turnwerkstatt I ab 5 - 7 Jahre weiblich/männlich

Mittwoch, 17.00 - 18.00 Uhr

Turnwerkstatt II (Elemente – Training) ab 8 Jahre weiblich/männlich

Mittwoch, 18.15 - 19.30 Uhr

Spiel - Sport - Spaß für Kinder ab 5 Jahre

„Förderung der Motorik, Selbstbewusstsein und Spaß an der Bewegung“
Dienstag, 16.45 - 17.30 Uhr Gymnastikhalle

Kursbeginn: 9. Januar / 17. April / 11. September 2018

Kursgebühren Kinder/Jugendliche: Nichtmitglieder 20,- € / TV Mitglieder 10,- €



Wettkampfsport

Badminton Aktive und Freizeit

Dienstag, 19.00 - 20.00 Uhr 12 bis 16 Jahre

20.00 - 22.00 Uhr ab 16 Jahre

Donnerstag, 20.00 - 22.00 Uhr ab 16 Jahre



Gymnastikhalle
Gymnastikhalle
Gymnastikhalle

Gerätturnen

Gerätturnen 6 Jahre und älter weiblich/männlich

Freitag, 18.00 - 20.00 Uhr

Gerätturnen Fördergruppe 7 - 14 Jahre weiblich/männlich

Montag u. Freitag, 17.45 - 20.00 Uhr

Gerätturnen Fördergruppe 7 - 14 Jahre männlich

Donnerstag, 16.30 - 18.00 Uhr

Gerätturnen ab 15 Jahre weiblich/männlich

Montag u. Freitag, 20.00 - 22.00 Uhr



Tischtennis

Tischtennis U15 weiblich/männlich ab 8 Jahre

Montag, 17.30 - 19.30 Uhr

Tischtennis U18 weiblich/männlich

Mittwoch, 18.30 - 20.00 Uhr

Tischtennis Aktive weiblich/männlich

Mittwoch, 20.00 - 22.00 Uhr



Wettkampfgymnastik es dürfen auch Jungs teilnehmen!

Montag, 15.45 - 16.45 Uhr 4 ½ - 7 Jahre

Montag, 16.45 - 17.45 Uhr 8 - 11 Jahre

Montag, 17.45 - 19.15 Uhr 12 - 14 Jahre

Montag, 19.15 - 20.30 Uhr 14 und älter P Übungen

Montag, 19.30 - 21.45 Uhr 16 Jahre u. älter Kürbungen

Freitag, 16.00 - 17.00 Uhr 4 ½ - 7 Jahre

Freitag, 17.00 - 18.15 Uhr 8 - 11 Jahre

Freitag, 18.15 - 19.45 Uhr 12 - 13 Jahre

Freitag, 19.30 - 21.30 Uhr ab 15 Jahre



Gymnastik und Tanz

Montag, 17.45 - 18.15 Uhr GYMATA AMASA / K-Gruppe

Montag, 18.45 - 19.30 Uhr K-Gruppe

Freitag, 17.45 - 18.15 Uhr GymTa Kids

Freitag, 19.00 - 19.45 Uhr GYMATA JUGEND



Kürtraining

Mittwoch, 16.00 - 17.45 Uhr ab 9 Jahre

Mittwoch, 17.45 - 20.00 Uhr 13 - 16 Jahre



Leichtathletik

Leichtathletik ab 6 Jahre bis 4. Klasse weiblich/männlich

Mittwoch, 17.30 - 18.30 Uhr

Leichtathletik ab 5. Klasse weiblich/männlich

Mittwoch, 18.30 - 20.00 Uhr



November bis März Gymnastikhalle

Freizeitsport für Frauen und Männer

Aktivgruppe für Frauen

Dienstag, 9.00 - 10.00 Uhr

Fit-Gymnastik mit Kids

Montag, 9.30 - 10.30 Uhr

Fit-Gymnastik von jung bis älter

Mittwoch, 20.15 - 21.30 Uhr

Jedermann/-frau ab 16 Jahre

Mittwoch, 20.00 - 22.00 Uhr

Aerobic Mix ab 14 Jahre

Donnerstag, 18.30 - 19.45 Uhr

Yoga in der zweiten Lebenshälfte

Beginn: 11. Januar 2018 / Septembe

Donnerstag, 9.00 - 10.00 Uhr

Donnerstag, 10.15 - 11.15 Uhr

Kursgebühren: Nichtmitglieder 40,- € / TV Mitglieder 20,- €

Seniorengymnastik

Freitag, 14.45 - 15.45 Uhr

Radtreff AOK April bis September

Mittwoch, 9.30 Uhr

Donnerstag, 18.00 Uhr



Aerobic
DTB



Gymnastikhalle

Gymnastikhalle

Gymnastikhalle

Sport- u. Kulturhalle

Gymnastikhalle



Gymnastik
DTB

Gymnastikhalle

Sport- u. Kulturhalle

Gymnastikhalle

Blauer Saal, Sport- u. Kulturhalle

Blauer Saal, Sport- u. Kulturhalle

Gymnastikhalle

Sport- u. Kulturhalle

Sport- u. Kulturhalle

Gesundheitssport

Mit dem Gütesiegel Pluspunkt Gesundheit vom Deutschen Turnbund wird der TV Sersheim bereits seit vielen Jahren für seine vorbildlichen Angebote im Bereich Gesundheitssport ausgezeichnet. Mit diesem Gütesiegel wird ein hoher Qualitätsstandard im Gesundheitssport sichergestellt.



Aktiv durch Fitness Fit & Gesund ins Wochenende Skiabteilung

Freitag, 20.00 - 21.15 Uhr

Bauch - Beine - Po und Rückenfitness

Mittwoch, 20.15 - 21.15 Uhr

Fitnessgymnastik Sport- und Spaß am Vormittag

Mittwoch u. Freitag 9.00 - 10.00 Uhr

10.15 - 11.15 Uhr

„Fit in den Tag“

Montag, 9.00 - 10.15 Uhr

Walkingtreff ab April bis November

Dienstag, 19.00 - 20.15 Uhr

In Kooperation mit der AOK bietet der TV Sersheim

folgende Termine zur Abnahme des

Walking Abzeichens an:

Dienstag, 8. Mai, 17. Juli und 25. September 2018 Treffpunkt Gymnastikhalle



Gymnastikhalle

Sport- und Kulturhalle

Gymnastikhalle

Gymnastikhalle

Kinder dürfen mitgebracht werden!

Treffpunkt an der Gymnastikhalle
auch Kinderwagen geeignet



Gymnastikhalle



Kursangebote im Gesundheitssport

Gesundheitsorientierte Fitnessgymnastik „Mach mit werd fit“

Dienstag, 15.30 - 16.15 Uhr

Kursbeginn 9. Januar 2018 / 17. April 2018 / 11. September 2018

„Aktiv & Gesund Älter werden“

Dienstag, 17.50 - 18.50 Uhr

Kursbeginn 9. Januar 2018 / 17. April 2018 / 11. September 2018

„Das mach ich für mich - Zur Ruhe kommen und Entspannen“

Dienstag, 19.30 - 20.30 Uhr

Kursbeginn: 16. Januar 2018 / 6. November 2018

Bauch - Beine - Baby - Gymnastik mit Baby

Der Kurs soll helfen, sanft wieder fit zu werden und gleichzeitig sinnvoll Zeit mit dem Baby zu verbringen. Das Baby wird in das Fitnessprogramm und die anschließende Entspannung mit eingebunden.

Mittwoch, 11.30 - 12.15 Uhr

Kursbeginn: 10. Januar 2018 / 18. April 2018 / 12. September 2018

„Bewegen statt schonen“

Beginn: 19. April 2018

Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr

Die Kursangebote sind sowohl für **Vereinsmitglieder** als auch für

Nichtmitglieder. Sie dienen zum Neu- bzw. Wiedereinstieg. Die Kurse umfassen 10 Übungsstunden, die einmal wöchentlich stattfinden.

Kursgebühren: Nichtmitglieder 40,- € / TV Mitglieder 20,- €



