

Hallenbelegung ab August 2017 bis Sommer 2018

Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Grundschule	17:00 - 18:00 Fußball 18:30 - 19:30 Body Workout	18:00 - 19:00 Aktiv älter werden gemischte Gruppe	17:00 - 19:00 Fechten 19:00 - 20:00 Damen-Gymnastik	16:45 - 17:30 Reha-Sport 17.30 - 18:15 Reha-Sport 19:00 - 20:00 Fit 50 Plus gemischte Gruppe	16:00 - 16:45 Reha-Sport 17:00 - 17:45 Reha-Sport 18:00 - 19:00 Zumba
Berufs-Bildungs-Zentrum	17:00 - 18:00 Fußball G 18:00 - 19:00 Fußball C2 19:00 - 20:00 Fußball C1 20:00 - 21:00 Fußball A1	18:00 - 19:30 Handball wD 18:00 - 19:30 Handball wC 19:30 - 21:00 Fußball A1	17:00 - 18:00 Fußball D1 18:00 - 19:00 Fußball B1 19:00 - 20:30 Handball/Frauen	16:00 - 17:30 Handball mC 17:30 - 19:00 Handball wC	16:30 - 18:0 HB wD 17:30 - 19:00 Handball mA 19:00 - 20:30 HB Frauen/wB
Meldorfer Gelehrten Schule	16:00 - 19:00 Fußball AG 20:00 - 21:30 Männer-Fitness	16:00 - 17:00 Fußball F1 17:00 - 17:45 Reha-Sport 18:00 - 18:45 Reha-Sport 19:00 - 20:00 Frauen-Fitness 20:00 - 21:00 Ski-Fitness	16:30 - 17:30 Fußball C2-Mädchen 17:30 - 18:30 Fußball C1-Mädchen Krafraum: 19:30 - 21:00 JuJutsu	15:00 - 16:00 Turnen ab 4 Jahren mit Eltern 17:00 - 19:00 Boxen 19:00 - 20:00 Tai-Bo	16:30 - 18:00 Fußball B2,3 18:00 - 20:00 Fechten
Groß-Sport-Halle am Schwimmbad	15:45 - 16:45 Vorschulturnen 16:45 - 18:00 Turnen 1./2. Schulj. 16:30 - 18:00 Rolli-Sport (Ki) 17:30 - 18:30 pAVK Periphere Arterielle Verschlusskrankh. 18:30 - 20:00 Herz- u. Gefäßsport 20:00 - 21:30 Floorball (Erw.)	15:00 - 16:30 Leichtathletik Kinder/Jugendl. ab 1. Schulj. 16:30 - 18:00 Handball mC+mD 18:00 - 19:00 Tai-Bo 19:00 - 20:30 HB wB 20:00 - 21:30 HB Männer/mA/mB	15:00 - 16:00 Floorball (3.-5.Schulj) 16:00 - 18:00 Turnen/Breitensport 3./4. Schulj. m/w u. Leistungsturnen 18:00 - 20:00 Leichtathletik der LG Dithmarschen Westküste 18:00 - 19:30 Floorball (Herren) 19:30 - 21:30 Rollstuhlfahrer	15:30 - 17:00 HB mE +mD 17:00 - 18:00 HB Minis 18:00 - 19:30 Badminton (Ju) 19:30 - 21:30 Badminton	15:00 - 16:30 Handball wE 16:30 - 18:00 Floorball (Jgdl+Erw) 18:00 - 19:30 Floorball (Ki U15) 19:30 - 21:00 Handball Männer 17:00 - 20:00 Leichtathl./Laufb. Leistungstraining
Fitnessraum I.	9:00 - 10:00 Fitness am Vormittag 18:30 - 19:30 Drums Alive	9:00 - 10:00 SeniorinnenGymn.(Frauen)		10:00 - 11:00 Compl. Body Workout	
Raum II.	18:00 - 18:45 Pilates (F-Kurs) 18:45 - 19:30 Pilates (A-Kurs)	10:00 - 11:00 Sen.gemischte Gruppe			
GMS Gemein-schafts-schule	16:00 - 17:00 Fußball	18:00 - 19:30 Volleyball (Ju) 19:30 - 21:00 Volleyball	16:00 - 18:00 Judo (Kooperation mit MarnertV -14tägg)	16:30 - 17:30 Fußball, F2 17:30 - 19:00 Sambo 19:00 - 20:00 Fußball A2	16:30 - 17:30 Fußball E1 17:30 - 18:30 Fußball E2 18:30 - 19:30 Fußball B-Mädchen 19:30 - 22:00 Fußball 1.Herren

TuRa Meldorf e.V., Geschäftsstelle, Promenade 20, 25704 Meldorf Telefon 04832-3388 - E-Mail: verein@tura-meldorf.de

Homepage: www.turameldorf.de Büro-Öffnungszeiten: montags und mittwochs von 15:00 - 18:00 Uhr, dienstags von 8:00 - 12:00 Uhr

Erläuterung: **Ski-Fitness-Kurs** - Beginn: Anfang November 2017 (Kursgebühr für Nichtmitgl.), **Pilates** (Kursgebühr stets für 8 Wochen)

Fußball - die angegebenen Zeiten gelten ab November 2017 bis Februar 2018 - fortlaufend finden **Discofox-Tanzkurse (6 Wochen)** statt

Nordic-Walking (Ltg. Herzsport), freitags 9.00 - 10.30 Uhr - Treffpunkt: Am Kriegsgräberdenkmal in Gudendorf

Stand: 08.01.18

Sportstätten in Meldorf: Grundschule, Rosenstr.36; MGS-Halle, An den Anlagen 16; GSH+Fitnessraum, Büttelsweg 2; BBZ-Halle, Bruhnstr.; GMS, Weiderbaum 4.

TuRa Meldorf e.V.

TuRa Meldorf e.V.
Promenade 20
25704 Meldorf
04832-33 88
Stand: September 2017

Im **Hallen- und Freibad**, Büttelsweg, in Meldorf.

Unter der Leitung von Frau Ursel Peterson findet mittwochs von 9:00 – 9:30 Uhr
das

Schwimmen für jedermann (Turaner) statt.

Aqua-Fitness mit Kursgebühr, immer donnerstags um 18:45 Uhr, Übungsleiter: Gerhard Glindmeyer

Nach einer Schnupperstunde wird eine Kursgebühr für 10 Abende erhoben, die Gebühr ist in der TuRa-Geschäftsstelle zu zahlen.

- Für „gesetzlich Krankenversicherte“, mit einer ärztlichen Verordnung (Vordruck 56), bieten wir an:

Reha-Schwimmen – Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Samstag – Termine nach Vereinbarung (und ärztlicher Verordnung)

Der **Reha-Sport** wird in Gruppen mit max. 15 Teilnehmern durchgeführt.

Die entsprechenden Sportstunden finden Dienstag, Donnerstag bzw. Freitag statt.

Wassergewöhnung fortlaufende Kurse für Mitglieder - 6-9jährige Grundschul Kinder – Termine auf Anfrage

Leichtathletik

Winterhalbjahr: Hallentraining in der Großsporthalle

Sommerhalbjahr: Training auf dem Sportplatz im „Stadion“

Die Leistungsgruppe trainiert nur im Winter in Meldorf.

Das Training für das „Deutsche Sportabzeichen“ wird von Mai bis Oktober angeboten.

Treffpunkt: dienstags und mittwochs ab 17:30 Uhr im „Stadion“ an der Promenade 20, Meldorf.

(Änderungen werden auf der TuRa-Homepage bekanntgegeben!)

Unsere Tanzkurse im **Discofox** werden im „Altenhilfezentrum“, Friedrich-Holm-Weg 1, Meldorf, durchgeführt. Termine auf Anfrage!