

# Hallenbelegung ab August 2017 bis Sommer 2018

Sportstätte	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Grundschule	17:00 - 18:00 <b>Fußball</b> 18:30 - 19:30 <b>Body Workout</b>	18:00 - 19:00 <b>Aktiv älter werden</b> gemischte Gruppe	17:00 - 19:00 <b>Fechten</b>	16:45 - 17:30 <b>Reha-Sport</b> 17.30 - 18:15 <b>Reha-Sport</b> 19:00 - 20:00 <b>Fit 50 Plus</b> gemischte Gruppe	16:00 - 16:45 <b>Reha-Sport</b> 17:00 - 17:45 <b>Reha-Sport</b> 18:00 - 19:00 <b>Zumba</b>
Berufs-Bildungs-Zentrum	17:00 - 18:00 <b>Fußball G</b> 18:00 - 19:00 <b>Fußball C2</b> 19:00 - 20:00 <b>Fußball C1</b> 20:00 - 21:00 <b>Fußball A1</b>	18:00 - 19:30 <b>Handball wD</b> 18:00 - 19:30 <b>Handball wC</b> 19:30 - 21:00 <b>Fußball A1</b>	17:00 - 18:00 <b>Fußball D1</b> 18:00 - 19:00 <b>Fußball B1</b> 19:00 - 20:30 <b>Handball/Frauen</b>	16:00 - 17:30 <b>Handball mC</b> 17:30 - 19:00 <b>Handball wC</b>	16:30 - 18:0 <b>HB wD</b> 17:30 - 19:00 <b>Handball mA</b> 19:00 - 20:30 <b>HB Frauen/wB</b>
Meldorfer Gelehrten Schule	16:00 - 19:00 <b>Fußball AG</b> 20:00 - 21:30 <b>Männer-Fitness</b>	16:00 - 17:00 <b>Fußball F1</b> 17:00 - 17:45 <b>Reha-Sport</b> 18:00 - 18:45 <b>Reha-Sport</b> 19:00 - 20:00 <b>Frauen-Fitness</b> 20:00 - 21:00 <b>Ski-Fitness</b>	16:30 - 17:30 <b>Fußball C2-Mädchen</b> 17:30 - 18:30 <b>Fußball C1-Mädchen</b> <u>Kraftraum</u> : 19:30 - 21:00 <b>JuJutsu</b>	15:00 - 16:00 <b>Turnen ab 4 Jahren</b> mit Eltern 17:00 - 19:00 <b>Boxen</b> 19:00 - 20:00 <b>Tai-Bo</b>	16:30 - 18:00 <b>Fußball B2,3</b> 18:00 - 20:00 <b>Fechten</b>
Groß-Sport-Halle am Schwimmbad	15:45 - 16:45 <b>Turnen Vorsch.+1. Schulj.</b> 16:45 - 18:00 <b>Turnen ab 2. Schulj.</b> 16:30 - 18:00 <b>Rolli-Sport (Ki)</b> 17:30 - 18:30 <b>pAVK</b> Periphere Arterielle Verschlusskrankh. 18:30 - 20:00 <b>Herz- u. Gefäßsport</b> 20:00 - 21:30 <b>Floorball (Erw.)</b>	15:00 - 16:30 <b>Leichtathletik</b> Kinder/Jugendl. ab 1. Schulj. 16:30 - 18:00 <b>Handball mC+mD</b> 18:00 - 19:00 <b>Tai-Bo</b> 19:00 - 20:30 <b>HB wB</b> 20:00 - 21:30 <b>HB Männer/mA/mB</b>	15:00 - 16:00 <b>Floorball (3.-5.Schulj)</b> 16:00 - 18:00 <b>Turnen/Breitensport</b> 3./4. Schulj. m/w u. Leistungsturnen 18:00 - 20:00 <b>Leichtathletik der</b> LG Dithmarschen Westküste 18:00 - 19:30 <b>Floorball (Herren)</b> 19:30 - 21:30 <b>Rollstuhlfahrer</b>	15:30 - 17:00 <b>HB mE +mD</b> 17:00 - 18:00 <b>HB Minis</b> 18:00 - 19:30 <b>Badminton (Ju)</b> 19:30 - 21:30 <b>Badminton</b>	15:00 - 16:30 <b>Handball wE</b> 16:30 - 18:00 <b>Floorball (Jgdl+Erw)</b> 18:00 - 19:30 <b>Floorball (Ki U15)</b> 19:30 - 21:00 <b>Handball Männer</b> 17:00 - 20:00 <b>Leichtathl./Laufb.</b> Leistungstraining
Fitnessraum I.	9:00 - 10:00 <b>Fitness am Vormittag</b> 18:30 - 19:30 <b>Drums Alive</b>	9:00 - 10:00 <b>SeniorinnenGymn.(Frauen)</b>		10:00 -11:00 <b>Compl. Body Workout</b>	
Raum II.	18:00 - 18:45 <b>Pilates (F-Kurs)</b> 18:45 - 19:30 <b>Pilates (A-Kurs)</b>	10:00 - 11:00 <b>Sen.gemischte Gruppe</b>			
GMS	16:00 - 17:00 <b>Fußball</b>			16:30 - 17:30 <b>Fußball, F2</b>	16:30 - 17:30 <b>Fußball E1</b>
Gemeinschaftsschule		18:00 -19:30 <b>Volleyball (Ju)</b> 19:30 - 21:00 <b>Volleyball</b>	16:00 - 18:00 <b>Judo</b> (Kooperation mit MarnerTV -14tägig)	17:30 - 19:00 <b>Sambo</b> 19:00 - 20:00 <b>Fußball A2</b>	17:30 - 18:30 <b>Fußball E2</b> 18:30 - 19:30 <b>Fußball B-Mädchen</b> 19:30 - 22:00 <b>Fußball 1.Herren</b>
			19:30 - 21:00 <b>Fußball 2.3 Frauen</b>	20:00 - 22:00 <b>Fußball Altliga/2.Herren</b>	

**TuRa Meldorf e.V.**, Geschäftsstelle, Promenade 20, 25704 Meldorf Telefon 04832-3388 - E-Mail: [verein@tura-meldorf.de](mailto:verein@tura-meldorf.de)

Homepage: [www.turameldorf.de](http://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: 17.01.18

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!