Turnverein 1903 Heftrich e.V.

Gründung 1862 - Turnverein zu Heftrich

TURNEN * GYMNASTIK * LEICHTATHLETIK * WALKING * YOGA * PILATES * QI GONG * LINEDANCE
SCHIESSEN * BADMINTON * KEGELN * FAUSTBALL * WANDERN * STADTWACHE * BRAUCHTUM

Übungs- und Trainingsplan Stand 12.05.2026

Sport + Spiel*	W-M-H Heftrich	Montag 16:00 – 17:30	Jungen + Mädchen 6 – 9 Jahre	***Abteilungsleiterin Christine Kobs** Übungsleiterinnen Jessica Götz, Romina Kaiser
		Dienstag 15:30 – 17:00	Jungen + Mädchen 9 - 12 Jahre	Übungsleiterin Michelle Wittmer
Gymnastik „Wirbelsäule + mehr“*	W-M-H Heftrich	Dienstag 9:00 – 10:00	Frauen	Übungsleiterin Helga Schuster
		Dienstag 17:00 – 18:00	Frauen + Männer	
Walking*	Heftrich	Angebot wird überarbeitet		Übungsleiterin Helga Schuster
Gymnastik „Fit und gesund“*	W-M-H Heftrich	Mittwoch 20:00 – 21:00	Frauen + Männer	Übungsleiter Roland Steiner
Kinderturnen Gruppe 1*	W-M-H Heftrich	Donnerstag 14:45 – 15:45	Jungen + Mädchen 3-6 Jahre	Übungsleiterin Katja Meißner + Jette Meißner
Kinderturnen Gruppe 2*		Donnerstag 15:45 – 16:45	Jungen + Mädchen 3-6 Jahre	
Eltern-Kind-Turnen*	W-M-H Heftrich	Donnerstag 16:45 – 17:45	Kinder ab 1,5 Jahren	Übungsleiterin Katja Meißner + Jette Meißner
Yoga*	Alteburg-Schule Heftrich	Dienstag 18:00 – 19:15	Frauen + Männer	Übungsleiterin Kerstin Gruber
Pilates*	Alteburg-Schule Heftrich	Montag 18:50 – 19:50 Uhr	Frauen + Männer	Übungsleiterin Birte Kaunitz
Volleyball	W-M-H Heftrich	Freitag 17:00 – 19:30	Jungen + Mädchen ab 14 J.	Übungsleiter Theo Titze
Line Dance	W-M-H Heftrich	Dienstag 18:00 – 19:30	Frauen + Männer Anfänger	**Abteilungsleiterin Sonja Vocke** Übungsleiterin Gabriele Bernhardt
		Dienstag 19:30 - 21:00	Frauen + Männer Fortgeschrittene	Übungsleiterin Sonja Vocke
Telefonnummern Übungsleiter/innen				
Schuster	Helga	06126 – 43 01	ÜLin Gymnastik	„Wirbelsäule und mehr“
Steiner	Roland	0175 – 22 35 427	ÜL Gymnastik	„Fit und gesund“
Götz	Jessica	0177 – 67 122 77	ÜLin Sport + Spiel Kinder	
Kaiser	Romina	0151 – 53 793 362	ÜLin Sport + Spiel Kinder	
Wittmer	Michelle	0176 – 86 22 99 12	ÜLin Sport + Spiel Jugend	
Meißner	Katja	0151 – 42 09 28 78	ÜLin Kinderturnen **sowie**	Eltern-Kind-Turnen
Titze	Theo	06126 – 14 88	ÜL Volleyball	
Gruber	Kerstin	0176 – 50 90 28 83	ÜL Yoga	
Kaunitz	Birte	0172 – 58 58 377	ÜL Pilates	
Vocke	Sonja	06126 – 70 04 699	ÜLin Line Dance / **ALin**	Fortgeschrittene
Bernhardt	Gabriela	06127 – 99 91 33	ÜLin Line Dance	Anfänger

Turnverein 1903 Heftrich e.V.

Gründung 1862 - Turnverein zu Heftrich

TURNEN * GYMNASTIK * LEICHTATHLETIK * WALKING * YOGA * PILATES * QI GONG * LINEDANCE
SCHIESSEN * BADMINTON * KEGELN * FAUSTBALL * WANDERN * STADTWACHE * BRAUCHTUM

Wandern	Heftrich	Wanderungen/Ausflüge laut Veranstaltungsplan (Homepage)		**Abteilungsleiter Hubertus Rohr**
Badminton	Hexenturm -halle Idstein	Mittwoch 18:30 – 20:30 (Dezember – Februar) Mittwoch 20:00 – 22:00 (März – November)	Frauen + Männer Jungen + Mädchen ab 14 J.	**Abteilungsleiter** Matthias Steyer
Schießen	Schützen-haus Heftrich	Dienstag 19:30 – 22:00	Luftgewehr KK-Gewehr Luft- u. Sportpistole *GK-Pistole** *GK-Revolver** *GK-Gewehr** *inkl. Selbstlader* *KK- und GK-Unterhebelrepetierer**	**Abteilungsleiter Dirk Götz** Stellv. Abteilungsleiter Christian Scheurer **Voraussetzung ist die Zustimmung der Schützen*
		Freitag 19:30 – 21:00	Luftgewehr ab 12 J. Jungen + Mädchen in Begleitung eines Erziehungsberechtigten	
		Freitag 19:30 – 22:00	Luftgewehr KK-Gewehr Luft- u. Sportpistole GK-Pistole GK-Revolver KK- und GK-Unterhebelrepetierer	
		Samstag 9:00 – 13:00 monatlich definierter Termin lt. Belegungsplan	Ordonanzwaffenschießen mit LW GK und KK, 50 und 100m Kurzwaffe GK und KK Flinte 25m	
		Sonntag 10:00 – 13:00	Luftgewehr/Luftpistole KK-Gewehr KK-Pistole	
		Sonntag 11:00 – 13:00	GK-Gewehr/-Pistole/-Revolver	

Vorderlader-, Flinten- und Jäger-Schießen sowie BDMP-Schießtraining sind ausschließlich an den hierfür ausgewiesenen Terminen erlaubt!

Telefonnummern Übungsleiter bzw. Ansprechpartner

Rohr	Hubertus	0160 – 94 60 27 70	Abteilungsleiter Wandern	
Steyer	Matthias	0171 – 64 28 400	Abteilungsleiter Badminton	
Götz	Dirk	0176 – 66 84 44 32	Abteilungsleiter Schießen	
Scheurer	Christian	0157 - 31 47 10 88	stellv. AL / Jägerschießen	
Atzbacher	Günter	0163 – 51 08 460	Schießwart Kurzwaffen	
Menke	Ralf	0160 – 69 29 960	Schießwart RK	
Grundler	Christian	christian@grundler.org	Schießwart BDMP	
Steinmetz	Stefan	0151 – 50 11 20 38	Jugendwart Schießen	
Gellrich	Peter	0170 – 72 24 859	Stadtwache + Brauchtum	