

| | TVE-Übungsplan | Stand 15.08.2016 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|----------------------------|----------------------------|---|---|--|-----------------|-------------------|-----------------|---|-------------|
| Turnen | Eltern-Kind-Turnen | 1½ - 3 Jahre | | 10.45 - 11.45 | T | | 15.00 - 17.00 | SpS | |
| | Kinder Turnen | 3 - 6 Jahre 1. Gruppe | | 15.00 - 16.00 | T | | | | |
| | Kinder Turnen | 3 - 6 Jahre 2. Gruppe | | 16.00 - 17.00 | T | | | | |
| | Kinder Turnen | 3 - 6 Jahre 3. Gruppe | | 17.00 - 18.00 | T | | | | |
| | Psychomotorik ① | 3 - 6 Jahre | | | | 14.00 - 15.00 | SpS | | |
| | Psychomotorik ① | 5 - 8 Jahre | | | | | 14.00 - 15.00 | SpS | |
| | Jungen Turnen | ab 6 Jahre | | | | 16.30 - 18.00 | T | | |
| | Mädchen Turnen | 6 - 9 Jahre | | | | | 15.00 - 16.30 | T | |
| | Mädchen Turnen | 9 - 14 Jahre | | | | | 16.30 - 18.00 | T | |
| | Gerätturnen Leistungsriege | ab 5 Jahre (w) | | 18.00 - 20.00 | T | 14.30/15.00-16.30 | T | 15.00 - 17.00 | T |
| | Spiel und Spaß für Alle | ab 10 Jahre (m/w) | | | | | 18.00 - 19.30 | T | |
| | Leichtathletik | 6-10 Jahre (m/w) | | | | | S 16.00 - 17.30 | Ros | |
| | Leichtathletik | 6-10 Jahre (m/w) | | | | | W 16.00 - 17.30 | JHW | |
| | Leichtathletik | 13-18 Jahre (m/w) | | | W 18.00 - 19.30 | ZS | S 17.30 - 19.00 | Ros | |
| | Leichtathletik | 10-13 Jahre (m/w) | | | W 18.00 - 19.30 | ZS | S 17.30 - 19.00 | Ros | |
| Senioren-Gymn. / Prellball | Männer | | | | | | 20.00 - 22.00 | T | |
| Gymnastik | Bodystyling | Frauen/Männer | | | 19.00 - 20.00 | T | | | |
| | Step-Aerobic | Frauen/Männer | | | | | 19.00 - 20.00 | SpS - jeweils am 1. Donnerstag im Monat | |
| | Bauch & Stretch intensiv | Frauen/Männer | | | | | 19.00 - 20.00 | SpS - an den übrigen Donnerstagen | |
| | Total Body Conditioning | Frauen/Männer | | | 18.00 - 19.00 | T | | | |
| | Happy Weekend | Frauen/Männer | | | | | 19.00 - 20.00 | Sps | |
| | Fitness-Gymnastik | Frauen/Männer | | 20.00 - 21.15 | T | | | | |
| | Fitness-Gymnastik | Frauen (je 1 Stunde) | 20.00 - 22.00 | T | | 8.45 - 10.45 | T | | |
| | Fitness-Gymnastik | Frauen (je 1 Stunde) | | | | 18.00 - 20.00 | SpS | | |
| | Gymnastik für Ältere | Frauen (je 1 Stunde) | | | | 9.30 - 11.30 | SpS | | |
| | Aktiv bis 100 | Frauen/Männer | | | | | | 10.00 - 11.00 | EG |
| | Walking | Männer/Frauen | 18.00 - 19.00 | | | | | 09.00 - 10.00 | |
| Wirbelsäulengymnastik ② | Männer/Frauen (je 1 Std.) | | 19.00 - 20.00 | SpS | | | 17.00 - 18.00 | SpS | |
| Ballsport | Lungensport | Männer/Frauen | 13.30 - 14.30 | T | 9.00 - 11.00 | SpS | | | |
| | Herzsport | Männer/Frauen (je 1 Std.) | 17.00 - 21.00 | SpS/T | | | | | |
| | Prellball | Jugend/Erwachsene (m/w) | | | | | 19.30 - 22.00 | T | |
| | Freizeit-Hallenfußball | Männer/Frauen | | 21.15 - 22.30 | T | | 19.30 - 21.00 | ZS | |
| | Indoor Soccer | ab 16 Jahre (m/w) | | W 20.30 - 22.00 | JHW | S 18.00 - 19.30 | ZS | | |
| Freizeit-Basketball | Männer/Frauen | | | | 20.30 - 22.00 | JHW | | | |
| Ju-Jutsu | Ju-Jutsu | ab 6 Jahre (m/w) | 15.30 - 16.30 | SpS | 15.00 - 16.00 | SpS | | 12.30-14.00 | SpS |
| | Ju-Jutsu | ab 6 Jahre (m/w) - Wettkampfgruppe | | | | | | 14.00-15.00 | SpS |
| | Ju-Jutsu | ab 10 Jahre (m/w) | 16.30 - 18.00 | SpS | 16.00 - 17.30 | SpS | | | |
| | Ju-Jutsu | Jugend/Erwachsene (m/w) | 18.00 - 20.00 | SpS | | | 20.00 - 22.00 | SpS | 15.00-16.30 |
| Tanzen | Kindertanz | 6 - 8 Jahre | | | | | 14.55 - 15.55 | SpS | |
| | Jazz- und Hip-Hop-Tanz | 9 - 11 Jahre | | | | | 15.55 - 16.55 | SpS | |
| | Jazz- und Hip-Hop-Tanz | 12 - 14 Jahre | | | | | 16.55 - 17.55 | SpS | |
| | Kreativer Kindertanz ③ | 4 - 5 Jahre 1. Gruppe | | | 15.10 - 16.00 | SpS | | | |
| | Kreativer Kindertanz ③ | 4 - 5 Jahre 2. Gruppe | | | 16.10 - 17.00 | SpS | | | |
| | Kreativer Kindertanz ③ | 6 - 8 Jahre 3. Gruppe | | | 17.00 - 17.50 | SpS | | | |
| | Jazz- und Moderndance | Frauen | | | 20.00 - 22.00 | SpS | | | |
| | Line Dance | Frauen/Männer - Anfänger | | | | | | 20.00 - 21.00 | SpS |
| | Line Dance | Frauen/Männer - Fortgeschr. | | | | | | 21.00 - 22.00 | SpS |
| Tanzkreis | Frauen/Männer | | | | | | | 17.45 - 19.00 | |
| TT | Tischtennis | Anfänger (m/w) | 15.00 - 17.00 | T | | | | 10.00 - 11.30 | T |
| | Tischtennis | Fortgeschrittene (m/w) | | 16.30 - 19.00 | LRS | | | 17.00 - 19.00 | T |
| | Tischtennis | Erwachsene (m/w) | | | | 20.00 - 22.00 | T | 19.00 - 22.00 | SpS |
| T = Turnhalle | | JHW = Johann-Hinrich-Wichernschule | S = Sommer | ① Psychomotorik Kurssystem und Sonderzahlung. Voranmeldung erforderlich. | | | | | |
| SpS = Sportsaal | | LRS = Ludwig-Richter-Schule | W = Winter | ② Workshop „Rücken-Aktiv“ muss vorher besucht werden. | | | | | |
| Ros = Rosegger-Sportplatz | | EG = Emmausgemeinde | ③ Kreativer Kindertanz Sonderzahlung 18,- Euro pro Quartal. Voranmeldung erforderlich. | | | | | | |
| ZS = Ziehenschule | | IGS = IGS Eschersheim (ehem. Peter-Petersen-Schule) | Interessenten für Yoga, Pilates, Zumba und Rücken-Aktiv etc. bitte mit der TVE-Geschäftsstelle in Verbindung setzen: 069 / 521214 | | | | | | |