

Badminton	Erwachsene		Dienstag	Halle gesperrt	Jahnschule	
	Erwachsene		Mittwoch	20:00-22:00	H-C-Andersen	
	Erwachsene		Mittwoch	18:15-19:45	HWH	
Ballspiele	Hobby-Mixed-Gruppe Volleyball	sie/ihn	Donnerstag	19:30-21:00	Heuss	
Fitness	Power-Fitness Gr. 1	für sie/ihn	Montag	18:15-19:00	HWH	
	Power-Fitness Gr. 2	für sie/ihn	Montag	19:15-20:00	THW-Halle	
	Fit am Vormittag*	für sie/ihn	Mittwoch	09:30-10:30	THW-Halle	
	Fitness für Männer	nur für ihn	Mittwoch	19:00-21:00	Heuss	
	Step / Workout	für sie/ihn	Donnerstag	18:30-19:15	Heuss	
	Zumba*	für sie/ihn	Samstag	11:00-12:00	THW-Halle	
	Zumba*	für sie/ihn	Dienstag	19:30-20:30	THW-Halle	
	* mit Kursgebühr auch für Nichtmitglieder					
Gesundheits-sport	Rückentraining* präventives Haltungs-u. Bewegungstr.	für sie/ihn	Montag	17:30-18:30	Spiegelraum HWH	
	Rückentraining* präventives Haltungs-u. Bewegungstr. mit Pilateselementen	für sie/ihn	Mittwoch	17:00-17:40	Spiegelraum HWH	
	Gymnastik* (mit kleinen Geräten / Rückengymnastik	für sie/ihn	Donnerstag	17:55-18.35	Spiegelraum HWH	
	Gymnastik* (mit kleinen Geräten / Rückengymnastik	für sie/ihn	Dienstag	18:00-19:00	Spiegelraum HWH	
	Bodyforming*	für sie/ihn	Donnerstag	08:45-09:45	Spiegelraum HWH	
	Yoga* Tel. 0152-38290186	für sie/ihn	Montag	18:50-19:50	Spiegelraum HWH	
	Hatha-Yoga* (bitte vor Teilnahme Britta Hansen	für sie/ihn	Donnerstag	17:30-18:45	Steiner-Schule	
	Hatha-Yoga* 0157 38094569 kontaktieren)	für sie/ihn	Montag	17:45-19:00	THW-Halle	
	Hatha-Yoga* (bitte vor Teilnahme Britta Hansen	für sie/ihn	Donnerstag	17:30-18:45	THW-Halle	
	Hatha-Yoga* 0157 38094569 kontaktieren)	für sie/ihn	Donnerstag	19:00-20:15	THW-Halle	
	Pilates* (Funktionsgymnastik mit Pilates-Elementen)	für sie/ihn	Samstag	12:15-13:30	THW-Halle	
	Pilates für Anfänger* (Funktionsgymn.mit Pilates-Elementen)	für sie/ihn	Montag	17:15-18:00	HWH	
	Faszientraining*	für sie/ihn	Donnerstag	17:30-18:15	Spiegelraum HWH	
	Tai Chi Fortgeschrittene*	für sie/ihn	Montag	20:15-21:00	THW-Halle	
	Qigong*	für sie/ihn	Mittwoch	18:50-20:00	Steiner-Schule	
	Herzsport	für sie/ihn	Mittwoch	20:15-21:45	Steiner-Schule	
	Herzsport	für sie/ihn	Mittwoch	17:30-18:45	HWH	
	Herzsport	für sie/ihn	Mittwoch	18:45-20:00	HWH	
	Atemgymnastik	für sie/ihn	Montag	15:15-16:30	HWH	
	Zeichenerklärung: * = mit Kursgebühr auch für Nichtmitglieder					
Gymnastik	Vitalgymnastik	nur für sie	Montag	09:30-10:30	THW-Halle	
	Vitalgymnastik	nur für sie	Montag	10:30-11:30	THW-Halle	
	Vitalgymnastik	nur für sie	Mittwoch	18:30-19:30	THW-Halle	
	Senioren-sport	für sie/ihn	Dienstag	16:30-17:30	Spiegelraum HWH	
Handball	Mini/Maxi	2012/2013	Donnerstag	15.00 - 16.30	Bresthalle	
	mE1	2010/2011	Dienstag	16.00 - 17.30	HWH	
	mD1	2008/2009	Donnerstag	15.45 - 17.15	HWH	
			Mittwoch	16.00 - 18.00	Russee	
			Donnerstag	17.15 - 18.30	HWH	
	mD2	2008/2009	Freitag	16.00 - 18.00	Russee	
			Dienstag	16.00 - 18.00	Russee	
	mC	2006/2007	Donnerstag	16.30 - 18.30	Bresthalle	
			Freitag	16.30 - 18.00	HWH	
	mB	2004/2005	Donnerstag	16.30 - 18.30	Gelehrtenschule	
			Freitag	18.00 - 19.30	Russee	
	M3		Montag	20.30 - 22.00	HWH	
			Donnerstag	ab 19.00 nach Al Altenholz		
	M4 (Oldies)		Mittwoch	19.00 - 20.00	HWH	
	M4		Mittwoch	20.00 - 22.00	HWH	
	M5 (inkl. Oldies)		Dienstag	19.00 - 22.00	HWH	
			Dienstag	20.00 - 22.00	Coventryhalle	
	F1		Donnerstag	20.00 - 22.00	HWH	
			Donnerstag	19.00 -	Marine Wik (zZ gesp.)	
	F2		Donnerstag	20.00 - 22.00	Russee	
Donnerstag			20.00 - 22.00			
Kindersport	Turnen Eltern u. Kind bis 4 Jahre		Montag	16:00-17:00	HWH	
	Turnen Eltern u. Kind bis 4 Jahre		Mittwoch	16:00-17:00	HWH	
	Kinderturnen	4 - 6 Jahre	Dienstag	15:00-16:00	Heuss	
	Kinderturnen	4 - 6 Jahre	Mittwoch	16:00-17:00	HWH	
	Kinderturnen	6 - 8 Jahre	Montag	16:15-17:30	HWH	
	Kinderturnen	8 - 10 Jahre	Mittwoch	16:00-17:15	HWH	
	Gerätturnen Mädchen (Fortgeschr.) ab ca. 12 J.		Mittwoch	17:30-19:00	HWH	
	Spiel+Sport am Sonntag* (Oktober bis April) Erw.+Kind	Kind 1-4 J.	Sonntag	10:30-11:45	THW-Halle	
	Ballspielgruppe (bitte vorher anmelden)	4 - 6 Jahre	Montag	15:15-16:15	THW-Halle	
	Ballspielgruppe (bitte vorher anmelden)	6 - 7 Jahre	Mittwoch	15:15-16:15	THW-Halle	
	Zeichenerklärung: * = mit Kursgebühr auch für Nichtmitglieder					

Leichtathletik	Schüler/Schülerinnen	6-10 Jahre	Montag	16:00-17:00	Heuss/Sportplatz	
	Schüler/Schülerinnen	6-10 Jahre	Mittwoch	16:00-17:00	Heuss/Sportplatz	
	Schüler/Schülerinnen	11-15 Jahre	Montag	17:00-18:30	Heuss/Sportplatz	
	Schüler/Schülerinnen	11-15 Jahre	Mittwoch	17:00-18:00	Heuss/Sportplatz	
	Jugend/ Jedermannzehnkampf**	Jugend und Erwachsene	Montag	17:00-18:30	HWH/Sportplatz	
	Sprint/Hürden/Mehrkampf **		Freitag	16:30-19:00	Heuss/Sportplatz	
	Jedermannzehnkampf Sommerhalbjahr **	Jugend und Erwachsene	Freitag	18:00-19:30	Uni-Platz	
	Walking-Treff		Mittwoch	09:30-10:30	Vereinsgelände	
	Hausfrauen-Lauftreff		Mittwoch	09:30-10:30	Vereinsgelände	
	Hausfrauen-Lauftreff		Freitag	09:30-10:30	Vereinsgelände	
	Nordic-Walking		Samstag	09:00-10:30	Treffpunkt Vereinsheim	
	Walking / Race Walking ***		Dienstag	14:00-15:30		
	Walking / Race Walking ***		Donnerstag	14:00-15:30		
	Zirkeltraining/Funktionsgymnastik Winterhalbjahr Abnahme des Sportabzeichens ***	Erwachsene	Mittwoch	18:00-19:00	Heuss	
	* = auch für Nichtmitglieder gegen Teilnahmegebühr ** = Training nach Absprache *** = auf Anfrage bei Regina Meinschmidt 0431 712853 oder regina.meinschmidt@gmail.com					
	Nordic Walking	Kurs* * mit Kursgebühr auch für Nichtmitglieder	für sie/ihn	Samstag	09:00-10:30	Treffpunkt THW- Vereinsheim
	Tanzen	Tanzen Erwachsene **		Freitag	18:00-19:15	THW-Halle
Tanzen Paare (Fortgeschrittene) **			Freitag	19:30-21:00	THW-Halle	
** Zusatzbeitrag						
Tennis	Training	Damen 40	Mittwoch	18:00	Tennisanlage	
	Training	Damen 50	Dienstag	17:00	Tennisanlage	
	Training	1. Herren 55	Mittwoch	17:00	Tennisanlage	
	Training	2. Herren60	Montag	17:00	Tennisanlage	
	Training	1. Herren 60	Mittwoch	16:00	Tennisanlage	
	Training	Herren 65	Dienstag	16:00	Tennisanlage	
Tischtennis	Training / Punktspiel	Kinder bis 17 Jahre	Dienstag	16:00-18:00	Heuss	
	Training / Punktspiele	Erwachsene	Dienstag	19:00-22:00	Heuss	
	Leistungstraining	Jugendliche	Donnerstag	17:00-18:30	THW-Halle	
	Training / Punktspiel	Erwachsene	Donnerstag	19:00-22:00	THW-Halle	
	Training / Punktspiel	Erwachs./Jugendl.	Freitag	19:00-22:00	Heuss	
TGW	SCHÜLER-GRUPPEN-WETTKAMPF: SGW I	2012-2014	Dienstag	15:30-16:30	THW-Halle	
	SCHÜLER-GRUPPEN-WETTKAMPF: SGW I	2012-2014	Donnerstag	15:30-16:30	Heuss	
	SGW II "Die ChaosZebras"	2009-2011	Montag	17:30-19:00	HWH	
	SGW II "Die ChaosZebras"	2009-2011	Dienstag	17:30-19:00	THW-Halle	
	SGW II "Die ChaosZebras"	2009-2011	Donnerstag	17:00-18:30	Sportplatz HWH	
	TURN-GRUPPEN-WETTKAMPF:	2004-2008	Donnerstag	17:30-18:30	Heuss	
	TGW Nachwuchs "Der ZebraAlarm"	2004-2008	Donnerstag	18:30-19:30	Spiegelraum HWH	
	TGW Nachwuchs "Der ZebraAlarm"	2004-2008	Freitag	17:30-19:00	Uni Sportzentrum	
	TURN-GRUPPEN-WETTKAMPF: Erwachsene		Donnerstag	19:30-21:00	Spiegelraum HWH	
	a) "Die Ladies in Pink" ab Jahrgang 2002		Freitag	19:00-21:00	Uni-Sportzentrum	
	b) "Die Ladies in grau" ab Jahrgang 1998		Samstag	10:00-12:00	Heuss / HWH	
Sporthallen	Helmut-Wriedt-Halle (HWH)	Rendsburger Landstr. 115, 24113 Kiel				
	Halle Theodor-Heuss-Schule	Rendsburger Landstr. 115, 24113 Kiel (über Schulhof)				
	Halle Rudolf-Steiner-Schule	Rendsburger Landstr. 129, 24113 Kiel				
	THW-Halle	Fröbelstr. 49, 24113 Kiel				
	Halle Stiftung Drachensee	Hamburger Chaussee 221, 24113 Kiel				
	Halle Jahnschule	Winterbeker Weg 7, 24114 Kiel				
	Schule am Rondeel	Königsweg 90, 24114 Kiel				
	Uni Sportzentrum	Olshausenstraße 70-74, 24118 Kiel				
	Hans-Christian-Andersen-Halle	Stoschstr. 24, 24143 Kiel				
	Sporthalle Russee	Russeeer Weg 11, 24111 Kiel				