

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

<i>Abteilung/Sportart</i>	<i>Wochentag</i>	<i>Uhrzeit</i>	<i>Bezeichnung der Stunde</i>	<i>Turnhalle/Platz/Ort Übungsleiter</i>
<b>Badminton</b>	Dienstag	16:30 - 18:00	Badminton für Jugendliche (siehe Bemerkung 1)	Turnhalle Altstadtschule Sven Suchanek
	Dienstag	19:00 - 20:30	Badminton für Erwachsene	Turnhalle Gymnasium SZ Martina Sandvoß
	Freitag	15:00 - 16:00	Badminton 11 - 17 Jahre (siehe Bemerkung 2)	Turnhalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
	Freitag	16:00 - 17:30	Badminton für 6 - 16jährige	Turnhalle Altstadtschule Martina Sandvoß
<b>Cheerleading</b>	Dienstag	17:00 - 19:00	Tumbling der Cheerleader (siehe Bemerkung 3)	Turnhalle Waldschule Rommy Tierock
	Dienstag	19:00 - 21:00	Cheerleading Seniors ab 16 Jahre (siehe Bemerkung 4)	Turnhalle Waldschule Sina Gessnitzer
	Mittwoch	18:00 - 20:00	Cheerleading Juniors 11 - 16 Jahre (siehe Bemerkung 5)	Turnhalle Ziesbergschule Horst Gessnitzer
	Donnerstag	16:45 - 18:45	Cheerleading PeeWees (siehe Bemerkung 6)	Turnhalle Eikelschule Frauke Tierock
	Freitag	19:00 - 21:00	Cheerleading Seniors (siehe Bemerkung 7)	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Sina Gessnitzer
	Samstag	11:00 - 13:00	Cheerleading Seniors ab 16 Jahre (siehe Bemerkung 8)	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Sina Gessnitzer
	Samstag	13:00 - 15:00	Cheerleading Juniors 11 - 16 Jahre (siehe Bemerkung 9)	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Horst Gessnitzer
<b>Faustball</b>	Donnerstag	18:00 - 20:00	Faustball in Vienenburg im Sommer (siehe Bemerkung 10)	MTV-Platz Rudolf Schulz
	Donnerstag	19:00 - 22:00	Faustball Männer (Winter) (siehe Bemerkung 11)	Sporthalle Gymnasium SZ Axel Röttger
	Freitag	18:00 - 20:00	Faustball Männer (Sommer) (siehe Bemerkung 12)	MTV-Platz Axel Röttger
<b>Fechten</b>	Mittwoch	18:00 - 20:30	Fechten	Sporthalle Gymnasium SZ Angelika Michalski
<b>Fitness</b>	Montag	20:00 - 22:00	Body-Fitness (siehe Bemerkung 13)	Fitnessraum FH Ostfalia Annette Pöttsch
	Montag	20:00 - 21:00	Aerobic meets Zumba (siehe Bemerkung 14)	Turnhalle Schloenbach (Alt) Saskia Hager
	Dienstag	20:00 -	Bodyforming	Turnhalle Ziesbergschule

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

		21:00		Gabriela Lalla
Dienstag	20:00 -	Zumba Kurs		Fitnessraum FH Ostfalia
	21:00	(siehe Bemerkung 15)		Saskia Hager
Mittwoch	09:00 -	Walking		Turnhalle Eikelschule
	10:00	(siehe Bemerkung 16)		Melanie Spötter
Mittwoch	10:00 -	Rundum Fit		Turnhalle Eikelschule
	11:00	(siehe Bemerkung 17)		Melanie Spötter
Mittwoch	16:30 -	Fit Kids 9-12 Jahre		Turnhalle Ziesbergschule
	17:15	(siehe Bemerkung 18)		Ronja Eisenschmidt
Mittwoch	17:15 -	Fit Teens - ab 12 Jahre		Turnhalle Ziesbergschule
	18:00	(siehe Bemerkung 19)		Ronja Eisenschmidt
Mittwoch	18:30 -	Bodyworkout Damen		Turnhalle Wiesenschule (Alt)
	20:00			Ulrike Hannig
Donnerstag	18:45 -	Body-Fitness		Turnhalle Eikelschule
	20:00			Annette Pöttsch
Donnerstag	20:00 -	Zumba -Kurs		Turnhalle Schloenbach (Alt)
	21:00	(siehe Bemerkung 20)		Saskia Hager
Freitag	20:00 -	Zumba - Kurs		Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B
	21:00	(siehe Bemerkung 21)		Saskia Hager
<b>Fussball</b>	Mittwoch	20:00 -	Freizeitfußball	Turnhalle Wiesenschule (Neu)
		22:00		Wolfhard Krause
<b>Gesundheitssport</b>	Montag	09:30 -	Funktionsgymnastik	Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B
		10:30	(siehe Bemerkung 22)	Werner Zemitis
	Montag	10:30 -	Lungensport	Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B
		11:30	(siehe Bemerkung 23)	Thomas Schneider
	Montag	15:30 -	Koronarsport	Turnhalle Waldschule
		16:30		Thomas Schneider
	Montag	16:30 -	Lungensport	Turnhalle Waldschule
		17:30	(siehe Bemerkung 24)	Thomas Schneider
	Montag	17:15 -	prävent. Wirbelsäulengymnastik	Turnhalle Anton-Raky-Schule
		18:30	(siehe Bemerkung 25)	Gabriela Lalla
	Dienstag	09:00 -	Funktionsgymnastik f. Frauen	Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B
		10:00	(siehe Bemerkung 26)	Karin Kurch
	Dienstag	10:15 -	Koronarsport	Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B
		11:15	(siehe Bemerkung 27)	Thomas Schneider
	Dienstag	17:00 -	Rehasport Orthopädie	Turnhalle Ziesbergschule
		18:00	(siehe Bemerkung 28)	Gabriela Lalla
	Dienstag	18:00 -	Koronarsport	Turnhalle Ziesbergschule
		19:00	(siehe Bemerkung 29)	Gabriela Lalla

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

Dienstag	19:00 - 20:00	Gymnastik für Frauen	Turnhalle Ziesbergschule Gabriela Lalla
Dienstag	19:00 - 20:00	Pilates (siehe Bemerkung 30)	Turnhalle Eikelschule Daniela Kuhnt
Dienstag	20:00 - 21:30	Gymnastik für Männer u. Frauen	Turnhalle Anton-Raky-Schule Petra Kempa
Mittwoch	11:00 - 12:00	Funktionsgymnastik ab 22.2.2012	Turnhalle Eikelschule Melanie Spötter
Mittwoch	18:00 - 19:00	Rückengymnastik	Turnhalle Schloenbach (Alt) Annette Pötzsch
Mittwoch	19:00 - 20:00	Rückengymnastik	Turnhalle Schloenbach (Alt) Gerti Stadler
Donnerstag	17:00 - 18:00	"Sie&Er" Gesundheitsgymnasti	Turnhalle Waldschule Holger Eggers
Donnerstag	18:30 - 20:00	Gymnastik für Männer 50+ (siehe Bemerkung 31)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Werner Zemitis
Donnerstag	20:00 - 21:30	Fit von Kopf bis Fuß	Turnhalle Ziesbergschule Karin Zemitis
Freitag	10:00 - 10:45	Sitzgymnastik für Männer und Frauen (siehe Bemerkung 32)	Gemeindezentrum Lange Wanne Thomas Schneider
Freitag	16:30 - 17:30	Nordic Walking (siehe Bemerkung 33)	Thermalsolbad Rolf Hiller
<b>Handball</b>			
Dienstag	17:30 - 19:00	Handball weibl. C-Jugend	Sporthalle Gymnasium SZ Milan Teichmann
Dienstag	19:00 - 20:30	Handball weibl. B-Jugend	Sporthalle Gymnasium SZ Reiner Beims
Dienstag	19:00 - 20:30	Handball weibl. A-Jugend	Sporthalle Gymnasium SZ Milan Teichmann
Dienstag	20:30 - 22:00	Handball 2. und 3. Herren	Sporthalle Gymnasium SZ Milan Teichmann
Dienstag	20:30 - 22:00	Handball 4. Herren (siehe Bemerkung 34)	Sporthalle Gymnasium SZ Michael Zeller
Donnerstag	17:30 - 19:00	Handball männl. D-Jugend (siehe Bemerkung 35)	Sporthalle Gymnasium SZ Michael Zeller
Donnerstag	17:30 - 19:00	Handball weibl. D-Jugend (siehe Bemerkung 36)	Turnhalle Gymnasium SZ Michael Zeller
Donnerstag	19:00 - 20:30	Handball weibl. B-Jugend	Turnhalle Gymnasium SZ Reiner Beims
Donnerstag	20:30 -	Handball männl. A-Jugend	Turnhalle Gymnasium SZ

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

		22:00		Fritz Schoof
	Freitag	15:00 - 16:30	Handball Minis	Turnhalle Waldschule Thomas Reske
	Freitag	20:30 - 22:00	Handball 2. und 3 Herren	Sporthalle Gymnasium SZ Milan Teichmann
	Freitag	20:30 - 22:00	Handball 4. Herren (siehe Bemerkung 37)	Sporthalle Gymnasium SZ Michael Zeller
<b>Jazztanz</b>	Donnerstag	20:30 - 22:00	Jazz-Dance "Timeless" (siehe Bemerkung 38)	Gymnastikraum Turnh. Gym. SZ-B Marion Krause
	Freitag	15:30 - 17:00	Jazz Dance u.Hip Hop PerPleX	Turnhalle Ziesbergschule Marion Krause
	Freitag	17:00 - 18:00	Jazzdance 6 - 9 Jahre "Pepp Kids" (siehe Bemerkung 39)	Turnhalle Ziesbergschule Monika Pfau
	Freitag	18:00 - 19:00	Jazz-Dance 9 - 12 "Next Generation"	Turnhalle Ziesbergschule Monika Pfau
<b>Kinderturnen</b>	Montag	16:30 - 17:30	Kinderturnen (siehe Bemerkung 40)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Melanie Spötter
	Montag	17:30 - 18:30	Kinderturnen (siehe Bemerkung 41)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Melanie Spötter
	Donnerstag	15:45 - 16:30	Eltern-Kind-Turnen 2 - 3 Jahre	Turnhalle Schloenbach (Alt) Melanie Spötter
	Donnerstag	15:45 - 16:45	Klettern und Spielen 6 - 9 Jahre	Turnhalle Eikelschule Thomas Schneider
	Donnerstag	16:00 - 17:00	Kinderturnen mit Eltern	Turnhalle Waldschule Holger Eggers
	Donnerstag	16:30 - 17:30	Eltern-Kind-Turnen 3 bis 4 Jahre	Turnhalle Schloenbach (Alt) Melanie Spötter
<b>Leichtathletik</b>	Montag	16:00 - 17:00	Leichtathletik f. Kinder 8-12 Jahre (siehe Bemerkung 42)	MTV-Platz Frank Henze
	Montag	17:00 - 18:30	Leichtathletik f. Jugend. 12-15J (siehe Bemerkung 43)	MTV-Platz Martha Wiencke
	Montag	18:30 - 20:00	Leichtathletik für Senioren (siehe Bemerkung 44)	Turnhalle Schloenbach (Alt) Dieter Krüger
	Montag	19:00 - 22:00	Freizeit-Leichtath. Erwachsene (siehe Bemerkung 45)	MTV-Platz Dieter Krüger
	Donnerstag	17:30 - 19:30	Leichtathletik f. Jugendl. 10 - 15J (siehe Bemerkung 46)	Turnhalle Schloenbach (Alt) Martha Wiencke
	Donnerstag	18:30 -	Leichtathletik für Senioren	Turnhalle Anton-Raky-Schule

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

		20:00		Siegfried Schymura
<b>Mädchenturnen</b>	Dienstag	16:00 - 17:00	Mädchenturnen 6 - 9 Jahre	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Monika Pfau
	Dienstag	16:30 - 18:00	Leistungsturnen Mädchen (siehe Bemerkung 47)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Annette Wanke
	Dienstag	17:00 - 18:00	Mädchenturnen 9 - 12	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Monika Pfau
	Dienstag	18:00 - 19:00	Leistungsturnen Mädchen 6 - 11 J.	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Nicole Michalski
	Dienstag	18:30 - 20:00	Leistungsturnen Mädchen ab 12 J.	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Nicole Michalski
	Freitag	16:00 - 17:30	Leistungsturnen Mädchen (siehe Bemerkung 48)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Annette Wanke
	Freitag	17:30 - 18:30	Leistungsturnen Mädchen 6 - 11 J.	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Nicole Michalski
	Freitag	18:30 - 20:00	Leistungsturnen Mädchen ab 12 Jahr	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Nicole Michalski
<b>Schwimmen</b>	Montag	19:00 - 20:00	Schwimmen (siehe Bemerkung 49)	Thermalsolbad Yvonne Kratzert
<b>Tischtennis</b>	Montag	19:00 - 22:00	Tischtennis Damen und Herren (siehe Bemerkung 50)	Turnhalle Ziesbergschule Andreas Wassermann
	Freitag	19:00 - 22:00	Tischtennis Damen und Herren (siehe Bemerkung 51)	Turnhalle Ziesbergschule Andreas Wassermann
<b>Turnen</b>	Dienstag	20:00 - 22:00	"Montagsturner" (siehe Bemerkung 52)	Turnhalle Wiesenschule (Alt) Holger Eggers
<b>Volkstanz</b>	Dienstag	20:00 - 21:30	Tanzkreis Folklore Erwachsene (siehe Bemerkung 53)	Gymnastikraum Waldschule Harald Schlechter
<b>Volleyball</b>	Montag	17:30 - 19:00	Volleyball Nachwuchs (siehe Bemerkung 54)	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
	Montag	17:30 - 19:00	Volleyball weibl. Jug. 14 - 18 J. (siehe Bemerkung 55)	Sporthalle Gymnasium SZ Sven Suchanek
	Montag	18:30 - 20:00	Volleyball I. Herren (siehe Bemerkung 56)	Turnhalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
	Montag	19:00 - 20:30	Volleyball I. Damen (siehe Bemerkung 57)	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
	Montag	20:00 - 22:00	Volleyball 1. Damen (siehe Bemerkung 58)	Turnhalle Gymnasium SZ Thomas Schneider

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

Montag	20:30 - 22:00	Volleyball 1. Herren (siehe Bemerkung 59)	Turnhalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Dienstag	17:30 - 19:00	Volleyball II. Damen (siehe Bemerkung 60)	Turnhalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Dienstag	18:15 - 19:45	Volleyball 9 - 12 Jahre	Turnhalle Anton-Raky-Schule Sven Suchanek
Mittwoch	15:30 - 17:00	Volleyball to start 10 - 13 Jahre	Turnhalle Waldschule Thomas Schneider
Mittwoch	17:30 - 19:00	Volleyball III. Herren (siehe Bemerkung 61)	Sporthalle Gymnasium SZ Michael Beims
Mittwoch	17:30 - 19:00	Volleyball 3. Herren	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Mittwoch	18:45 - 20:15	Volleyball I. Damen	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Mittwoch	19:00 - 21:00	Volleyball II. Herren	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Mittwoch	20:15 - 22:00	Volleyball I. Herren	Sporthalle Gymnasium SZ Thomas Schneider
Donnerstag	17:00 - 18:15	Volleyball to start 9 - 11 Jahre	Turnhalle Ziesbergschule Thomas Schneider
Donnerstag	18:15 - 19:45	Volleyball weibl. Jugend	Turnhalle Ziesbergschule Christian Kuhnt
Donnerstag	20:00 - 22:00	Hobbyvolleyball	Turnhalle Wiesenschule (Neu) Christian Kuhnt
Freitag	15:00 - 16:30	Volleyball für Anfänger	Turnhalle Schloenbach (Alt) Sven Suchanek
Freitag	16:30 - 18:00	Volleyball 12 - 15 Jahre	Turnhalle Schloenbach (Alt) Thomas Schneider
Freitag	18:00 - 19:30	Volleyball 14 - 18 Jahre	Turnhalle Schloenbach (Alt) Thomas Schneider

## Bemerkungen:

Bemerkung 1:

Bemerkung 2:

Bis 20.7.2012

Bemerkung 3:

Trainer sind:  
Rainer Dolezal  
Rommy Tierock

Bemerkung 4:

2. Trainerin: Antje Weihs

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

- Bemerkung 5: Trainer :  
Christina Dolezal  
Lisan Achilles
- Bemerkung 6: Trainer:  
Sabrina Wodarka und  
Frauke Tierock
- Bemerkung 7: von April bis September findet  
das Training von 18.00 bis 21.00 Uhr statt.
- Bemerkung 8: Co-Trainerin: Antje Weihs
- Bemerkung 9: Trainerin Christina Dolezal
- Bemerkung 10: Nur im Sommerhalbjahr  
Trainer Axel Röttger  
Das Training findet in ungeraden Wochen in Vienenburg statt
- Bemerkung 11: Nur im Winterhalbjahr.  
  
Das Training findet abwechselnd in Salzgitter-Bad (gerade KW) und  
Vienenburg (ungerade KW) statt
- Bemerkung 12: Nur im Sommerhalbjahr in der geraden KW
- Bemerkung 13:
- Bemerkung 14: Diese Stunde ist ausschließlich Vereinsmitgliedern vorbehalten.
- Bemerkung 15: Fitnessraum FH Ostfalia in Calbecht  
  
10 Stunden Kurs  
Kosten:  
Mitglieder 10 Euro  
Nichtmitglieder 30 Euro
- Bemerkung 16: Treffpunkt Eikelschule - keine Nutzung der Umkleieräume  
möglich.
- Bemerkung 17: Bauch Beine Po Rückenfit
- Bemerkung 18: ab 18.1.2012
- Bemerkung 19: ab 18.1.2012
- Bemerkung 20: 10 Stunden Kurs  
Kosten:  
Mitglieder 10 Euro  
Nichtmitglieder 30 Euro
- Bemerkung 21: (kein Umkleideraum vorhanden)  
10 Stunden Kurs

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

Kosten:

Mitglieder 10 Euro

Nichtmitglieder 30 Euro

- Bemerkung 22: Leichtes Herz-Kreislauftraining mit Schwerpunkt Körperhaltung
- Bemerkung 23: bis zu den Sommerferien
- Bemerkung 24: Kurs  
Anmeldung beim Übungsleiter  
Tel: 05341-394456
- Bemerkung 25: Dr Klaus Schmidt Hauptschule
- Bemerkung 26: (kein Umkleideraum vorhanden)
- Bemerkung 27: (kein Umkleideraum vorhanden)
- Bemerkung 28: ab Januar 2012
- Bemerkung 29: ab Januar 2012
- Bemerkung 30: Ab 17.1.2012
- Bemerkung 31: Im Sommerhalbjahr auf dem MTV-Platz
- Bemerkung 32: Für alle, die nicht so gut im Stehen Sport machen können, aber sich trotzdem sportlich betätigen wollen.
- Bemerkung 33: Treffpunkt: Parkplatz Solewellenbad
- Bemerkung 34: Trainer; Hans-Georg Syring  
Ulrike Spanke
- Bemerkung 35: Trainer: Eric Stüber
- Bemerkung 36: Trainer: Claudia Stüber  
Almut Gedaschke
- Bemerkung 37: Trainer: Hans-Georg Syring  
Ulrike Spanke
- Bemerkung 38: für Fortgeschrittene  
von 20.30 bis 21.00 Uhr in der Turnhalle Gymnasium, ab 21.00 im  
Gymnastikraum
- Bemerkung 39:
- Bemerkung 40: Zweite Übungsleiterin ist  
Bianca Gintaut
- Bemerkung 41: Zweite Übungsleiterin ist  
Bianca Gintaut
- Bemerkung 42: Im Winter 16.00 - 17.00 Uhr in der alten Turnhalle Realschule Bad

# Übungsstundenplan des MTV-Salzgitter von 1863 e.V.

(Stand: 19.05.2012)

- Bemerkung 43: Im Winter 17.00 - 18.30 Uhr in der alten Turnhalle in der Friedensstrasse.
- Bemerkung 44: Im Sommer ab 19 Uhr auf dem MTV-Platz.
- Bemerkung 45: Findet im Winter in der alten Schloenbachhalle statt.
- Bemerkung 46: Im Sommer auf dem MTV Platz
- Bemerkung 47: Jahrgang 99 - 95
- Bemerkung 48: Jahrgang 99- 95
- Bemerkung 49: Einlass ab 18.50 am hinteren Seiteneingang
- Bemerkung 50: Verantwortlich: Frank Reschke
- Bemerkung 51: Verantwortlich: Frank Reschke
- Bemerkung 52: im Sommer auf dem MTV-Platz 18 - 20 Uhr
- Bemerkung 53: 14 tagig in den geraden Kalenderwochen  
ungsleiter Susi und Harald Schlechter
- Bemerkung 54: Nur Sommerbelegung
- Bemerkung 55: Nur Sommerbelegung
- Bemerkung 56: Nur im Winterhalbjahr
- Bemerkung 57: Nur im Sommer (April - Sept.)
- Bemerkung 58: Nur Winterhalbjahr
- Bemerkung 59: Nur im Sommer (April - September)
- Bemerkung 60: Trainer sind:  
Sebastian Mahlke und Marcel Schreiner
- Bemerkung 61: Nur im Sommer (April - Sept.)