

Das SPORTANGEBOT Sommer 2017

Geschäftsstelle:
SV Lohhof e.V., Bezirksstraße 27, 85716 Unterschleißheim

Öffnungszeiten:
Montag – Freitag: 09.00 – 11.00 Uhr
Donnerstag: 17.00 – 19.00 Uhr

Tel.: 0 89 / 3 10 15 90 · Fax 31 00 96 99

E-Mail: verwaltung@svlohhof.de · Internet: www.svlohhof.de



SPORTANGEBOT DER ABTEILUNGEN

Rot gekennzeichnete Angebote sind besonders für die Generation 50+ geeignet!

Abteilung Fußball:

- Fußball Jugend (75,- Euro/Jahr)
- Fußball Herrenmannschaft

Abteilung Turnen:

(36 Euro/Jahr, für alle Aktiven [Gerätturnen, Rhönrad, Cheerleading]), (12 Euro/Jahr, für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, die nicht zur obigen Gruppe gehören)

Die Turnabteilung bietet in folgenden Sparten Turnsport an:

- TurnKin = Kinderturnen
- TurnGT = Gerätturnen
- TurnJug = Jugendturnen
- TurnRhön = Rhönradturnen
- TurnGym = Gymnastik
- TurnPräv = Präventionssport
- Turn SKI = S-Klasse-Sport
- TurnCheer = Cheerleading

Das Stundenangebot im Erwachsenenbereich ist altersunabhängig. Informieren Sie sich über das Übungsangebot in der jeweiligen Kursbeschreibung. Unsere Übungsleiter besprechen sich gerne mit Ihnen über die vorausgesetzte Fitness in den Stunden.

- TurnKin: Eltern-Kind-Turnen
- TurnKin: Vorschulturnen
- TurnGT: Bubenturnen
- TurnGT: Gerätturnen (wettkampforientiert) männlich und weiblich
- TurnGT: Mädchenturnen
- TurnGT: Mehrkampf
- TurnGT: Sportabzeichen (speziell für Kinder)
- TurnJug: Power Teenies
- TurnJug: Modern-Jazz-Dance
- TurnRhön: Rhönradturnen
- TurnGym: Aerobic-Free-Style
- TurnGym: Aerobic-Mix
- TurnGym: Bodyforming
- TurnGym: Bodystyling
- TurnGym: Bodyforming U-25
- TurnGym: Fitness- und Gesundheitsgymnastik (speziell für sie)
- TurnGym: Konditionsgymnastik
- TurnGym: Pilates
- TurnGym: Pilates Balance Mix
- TurnGym: Power & Fun
- TurnGym: Power-Workout
- TurnGym: Gym & Game bzw. Skigymnastik
- TurnGym: Step
- TurnGym: Walking
- TurnGym: Zumba®
- TurnPräv: „Bewusst Bewegen“
- TurnPräv: Fit ab 50 (speziell für sie)
- TurnPräv: Qi Gong
- TurnPräv: Rückenfit
- TurnPräv: Rückengymnastik
- TurnPräv: Rückengymnastik und Sturzprophylaxe für Senioren
- Turn S-Kl: Gymnastik und Fitness für ihn
- Turn S-Kl: Volleyball der Turner
- TurnCheer: Juniors
- TurnCheer: Seniors

Abteilung Tischtennis:

- Tischtennis

Abteilung Tennis

(140 Euro für Erwachs., 35 Euro/Jahr für Jugendliche), Auszubildende, Studenten, Arbeitslose (mit Nachweis): 35 Euro/Jahr. Das dritte und jedes weitere minderjährige Mitglied einer Familie ist vom Sonderbeitrag befreit.

Fördermitglieder 40 Euro/Jahr

- Tennis
- Anfänger und Fortgeschrittene

- Mannschaftswettkampf, Turniere und freies Spiel
- Kinder- und Jugendtraining
- Ballschule Heidelberg für die Kleinsten
- Tennisschule mit Training für alle Altersklassen und Spielstärken
- 4 Hallenplätze im Winter (2 mit Granulatbelag, 2 in Traglufthalle mit Sandbelag)

Abteilung Leichtathletik:

(30 Euro/Jahr, Mitglieder bis U23, die aktiv am Wettkampfgeschehen teilnehmen)

- Kinderleichtathletik (6-8 Jahre)
- Lauftraining für Jedermann
- Lauftraining (ab 11 Jahre)
- Lauftraining für Profis
- Leichtathletik (9-11 Jahre)
- Leichtathletik (12-13 Jahre)
- Leichtathletik (ab 14 Jahre)
- Krafttraining
- Krafttraining Jugend Wettkampf (14 Jahre)
- Lauftraining für Profis
- Leichtathletik Wettkampfgruppe
- Nordic Walking
- Nordic Running
- Osterlauf 2017
- Sportabzeichen Training für Erwachsene

Abteilung Judo: (30 Euro/Jahr)

- Aikido
- Judo
- Karate
- Ju-Jitsu

Abteilung Volleyball:

(50 Euro/Jahr für Erwachsene, 40 Euro/Jahr für Kinder)

- Beachvolleyball
- Volleyball

Abteilung Schwimmen: (25 Euro/Jahr)

- Bewegungstraining
- Schwimmen:
 - Anfänger, Fortgeschrittene und freizeitorientierte Kinder und Jugendliche, Erwachsene, Masters, Nachwuchsfördergruppe, Leistungsgruppen I und II

Abteilung Badminton:

- Kinder- und Jugendtraining
- Grundlagentraining
- Leistungstraining für Mannschaftsspieler
- Freies Spiel

Abteilung Rehasport:

- Sport für Sehbehinderte

Abteilung Herzgruppe:

- Koronarer ambulanter Herzsport

Abteilung Rolling Wheels:

- BMX – Freestyle
- Inline-Skating
- Skateboarding

Gesundheitsvorsorge:

(auch für Nichtmitglieder)

- Präventionsangebote
 - Osteoporose
 - Hatha-Yoga
 - Hatha-Yoga – „Atem-Yoga“
 - Präventive Gesundheitsgymnastik nach Pilates
 - Bewegungstraining zur Förderung des Muskel- und Skelettsystems
 - Gesund und Fit – Ganzheitliches Training
 - Body in Balance

Rehabilitationsangebote

- Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke, Endoprothesen
- Krebserkrankungen

DAS SIND WIR:

Präsidium

Präsidentin	Weinzierl	Brigitte	0 89 / 3 10 77 95
Vizepräsident	Schneiders	Stefan	0 172 / 8 55 53 24
Schatzmeister	Dienelt	Sebastian	0 157 / 74 51 45 57
Schriftführer	Guggenmos	Stefan	0 89 / 68 07 32 53

Abteilungsleiter

Badminton	Walter	Maximilian	0 176 / 39 96 57 41
Fußball	Porsch	Stefan	0 89 / 3 10 92 62
Herzgruppe	Hamann	Ursula	0 89 / 43 66 04 75
Judo	Fuchs	Peter	0 89 / 3 10 80 79
Leichtathletik	Klimke	Daniela	0 89 / 37 06 37 61
Rehasport	Kuroschinski	Frank	0 89 / 31 00 01 16
Rolling Wheels	Stellwag	Thomas	0 89 / 37 48 81 55
Schwimmen	Wolf	Georg	0 89 / 20 33 86 34
Tennis	Horst	Karl	0 89 / 32 14 98 92
Tischtennis	Preischl	Wolfgang	0 89 / 3 10 23 63
Turnen	Krebs	Hubert	0 89 / 3 10 45 76
Volleyball	Kock	Matthias	0 89 / 3 17 51 05

DORT FINDET IHR UNS:

Ganghoferhalle:	Grundschule USH an der Ganghoferstraße 5
Mehrzweckhalle:	Grundschule USH an der Johann-Schmid-Str. 11
Michael-Ende-Halle:	Michael-Ende-Grundschule USH, Raiffeisenstr. 27
Nelkenhalle:	Mittelschule Unterschleißheim, Johann-Schmid-Str. 11/ Ecke Nelkenstr.
Gymnasium:	Carl-Orff-Gymnasium, Münchner Ring 6
Realschule:	Therese-Giehse-Realschule, Münchner Ring 8
Vereinsturnhalle:	Johann-Schmid-Str. 11, Eingang zwischen Musikschule und Grundschule (hinter dem Haus der Vereine bzw. neben der Mehrzweckhalle)
Sehbehindertenzentrum:	Sehbehinderten- und Blindenzentrum Südbayern, Pater-Setzer-Platz 1
Rupert-Egenberger-Halle:	Sonderpädagogisches Förderzentrum Unterschleißheim, Fichtenstr. 15
Freizeitbad aquariush:	Hartmut-Hermann-Weg 2
Saal „Am Weiher“:	Am Weiher 26
Familienzentrum:	Alexander-Pachmann-Str. 40
BallhausForum:	Anna-Wimschneider-Str. 1 – 3 / Ecke Landshuter Str.
FOS/BOS:	Südliche Ingolstädter Straße 1
Tennisanlage Lohhof:	Am Sportpark, Hartmut-Hermann-Weg 1, Tel.: 089 / 3 10 31 66
Tennispark Unterschleißheim:	Anna-Wimschneider-Str. 7 (hinter dem BallhausForum), Tel.: 089 / 3 10 40 50

Die Aufnahmegebühr beträgt 15,00 Euro, der Jahresbeitrag derzeit für Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre 48,00 Euro, Erwachsene 84,00 Euro, Senioren und Seniorinnen ab 65 Jahren 70,00 Euro.

Ab dem dritten Kind ist die Mitgliedschaft im SV Lohhof beitragsfrei (Abteilungen mit Zusatzbeitrag sind gekennzeichnet).

SV Lohhof von A bis Z

Ausgabe 39 · April 2017

anschließenden Siegerehrung im Festsaal im Bürgerhaus erhält jeder Teilnehmer dann seine persönliche Urkunde. Der Höhepunkt zum Abschluss der Siegerehrung ist die Schulklassenwertung. Ergebnisse, Bestenlisten und Bilder der vorherigen Osterläufe sowie die Auszeichnung und Möglichkeit zur online-Anmeldung finden Sie unter: www.svlhohof.de/leichtathletik
ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WANN? 8. April 2017
WER? Informationen bei Stefan Schneiders, Tel.: 0172 / 8 55 53 24

SCHWIMMEN:
 Die Kinder und Jugendlichen sind in verschiedene Gruppen nach Leistungsvoraussetzungen und Alter eingeteilt. **Voraussetzung** für die Teilnahme am Übungsbetrieb ist die Bewältigung einer Bahn (25 m) ohne Schwimmhilfe!
 Alle Übungsstunden (jeweils 45 Minuten) finden im „aquarius“ in Unterschleißheim statt. **Derzeit führen wir für alle Gruppen (Ausnahme Erwachsene) eine Warteliste.**
 Nähere Informationen erhalten Sie bei:
 Georg Wolf, Abteilungsleiter, Tel.: 0 89 / 20 33 86 34
 Im Internet: www.svlhohof.de, Abteilung Schwimmen

Anfänger
 Wir wollen den Spaß im Wasser durch Tauch- und Bewegungsspiele fördern. Grundkenntnisse im Brust-, Rücken-, Kraul- und Flossenschwimmen vermitteln, Koordination und Ausdauer fördern.
FÜR WEN? 4 – 10 Jahre
WANN? Mo., 14.45 – 17.00 Uhr
FÜR WEN? 4 – 7 Jahre
WANN? Do., 14.30 – 16.45 Uhr

Fortgeschrittene und freizeitorientierte Kinder und Jugendliche
FÜR WEN? 8 – 12 Jahre
WANN? Mo., 17.00 – 18.30 Uhr
FÜR WEN? Jugendliche
WANN? Mo., 18.30 – 20.00 Uhr

Freizeitorientierte Erwachsene
 Techniktraining, Ausdauertraining, Bewegungstraining, Wassergymnastik
FÜR WEN? Ab 18 Jahre
WANN? Mo., 20.30 – 21.30 Uhr

Nachwuchsfördergruppe
 Die jüngste Leistungsgruppe (Kinder 7 – 10 Jahre) trainiert 2-mal pro Woche, wobei die Schwimmer langsam, aber gezielt auf die Teilnahme an Wettkämpfen vorbereitet werden. Trainingszeiten auf Anfrage

Leistungsgruppe I und II
 3- bis 4-mal Wassertraining pro Woche, Trockentraining
 Trainingslager, Wochenendeinfahrt, Trainingszeiten auf Anfrage

Mastergruppe
 Wettkampfgruppe für Erwachsene
WANN? Mo., 19.15 – 20.30 Uhr
 Do., 19.00 – 20.30 Uhr
 Sa., 12.30 – 13.30 Uhr

Bewegungstraining
 Zusätzlich zum Schwimmtraining bieten wir ein Bewegungstraining in der Sporthalle an.
WO? Nelkenhalle
WANN? Mi., 19.30 – 22.00 Uhr
WER? Klaus Martin, Tel.: 089 / 310 1375

SEHBEHINDERTE:
 Da die Sportart Schwimmen für Sehbehinderte eine ideale Individualsportart darstellt, weil sie als Freizeit- und Wettkampfsportart betrieben werden kann, bildet sie auch den Schwerpunkt im Übungsangebot. Daneben findet sich im Angebot eine Psychomotorikgruppe, die im Rahmen des Projektes „Zusammenarbeit von Schule und Verein“ durchgeführt wird. Bei allen Übungsgruppen handelt es sich um Kinder- bzw. Jugendgruppen.
ABTEILUNG: REHASPORT
WAS? Schwimmen und Spiele (Nichtschwimmer-Gruppe)
WO? Sehbehindertenzentrum
WANN? Mi., 16.00 – 17.00 Uhr
WAS? Schwimmen I (Anfänger)
WO? Sehbehindertenzentrum
WANN? Mi., 17.00 – 18.00 Uhr
WAS? Schwimmen II (Fortgeschrittene, Technikverbesserung)
WO? Sehbehindertenzentrum
WANN? Mi., 18.00 – 19.00 Uhr
WAS? Leistungsgruppe Schwimmen (Wettkampftraining)
WO? Sehbehindertenzentrum
WANN? Mo., 16.45 – 18.15 Uhr
WAS? Psychomotorikgruppe
WO? Sehbehindertenzentrum
WANN? Di., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Herr Kuroschinski, Tel.: 089 / 31 00 01 26

SKATEBOARDING:
 Neben Inlineskating und BMX sind unsere Halfpipe und unsere Rampen auch für Skateboarder optimal zu nutzen. Denkt bitte an eure Schutzkleidung und dann könnt ihr auch schon durchstarten.
ABTEILUNG: ROLLING-WHEELS
WO? Am Sportpark, Hartmut-Herrmann-Weg
WANN? Mo., Di., Do., Fr.: 15.00 – 19.00 Uhr
 Sa., So.: 15.00 – 19.00 Uhr
 Mi.: geschlossen
 Eintritt: 8 Euro / Tag für Nichtmitglieder
 Herr Stellwag, Tel.: 089 / 37 48 81 55

SPORTABZEICHENTRAINING FÜR ERWACHSENE (ab 21 Jahre):
 Training der leichtathletischen Disziplinen: Laufen, Werfen, Springen mit Aufwärm- und Dehnungsübungen.
ABTEILUNG: LEICHTATHLETIK
WO? Sommer: Hans-Bayer-Stadion
WANN? Di., 18.00 – 19.30 Uhr
 Do., 18.00 – 19.30 Uhr
 Winter: Hans-Bayer-Stadion, Beachvolleyballplätze,
 Mo., 17.30 – 18.45 Uhr
 Ganghoferhalle, Mi., 18.30 – 20.00 Uhr
WER? Henry Halbig, Tel.: 089 / 32 11 289

TENNIS:
 Die Freizeidennis-Sportarten haben in der Stadt Unterschleißheim die Möglichkeit, auf 2 Anlagen ihrem Sport nachzugehen. Beide Anlagen gehören zur Abteilung Tennis des SV Lohhof; sie können von Mitgliedern und Gästen genutzt werden. Seit vielen Jahren genießt die konsequente Förderung von Kindern und Jugendlichen in unserem Club oberste Priorität. Doch neben dem Tennissport legen wir auch größten Wert auf ein funktionierendes Clubleben mit zusätzlichen Freizeitangeboten. Besonders die Integration neuer Mitglieder wird bei uns seit Jahren durch die Organisation von Kennenlern-Turnieren, Mixed-Turnieren, Darttagen, Radtouren, Herbstwanderungen und geselligen Veranstaltungen in unserem Clubheim gefördert. An den Medienrunden des Bayerischen Tennisver-

bandes nehmen wir mit über 20 Mannschaften in allen Altersklassen teil (von den Bambinis bis zu den „reiferen Jahrgängen“). Wir richten diverse LK-Turniere aus, ebenso wie hochklassig besetzte Turniere mit DTB-Ranglistenstatus oder die jährlichen Stadtmeisterschaften unter dem Namen „Lohhof Open“. Schauen Sie einfach bei uns vorbei, testen Sie als Gast unsere Tennisplätze oder buchen Sie Probetraining bei unserer Tennischule. Bis uns gibt es weder Wartelisten noch Aufnahmegebühren oder sonstige Selektion. Sie sind bei uns jederzeit herzlich willkommen!

ABTEILUNG: TENNIS
Abteilungsleiter (Auskunft): Karl Horst 089 / 32 14 98 92
Stellvertreterin: Daniela Bauer 0151 / 16 46 03 50
Sportwart: Manfred Fuchs 089 / 3 10 19 59
Kassier: Gerald Manz 0160 / 3 50 35 74
Jugendleitung: Carsten von Schreiber 0174 / 3 17 70 76
Schriftwart/Öffentlichkeitsarbeit: Dr. Erich Sagan 089 / 3 10 59 99
Tennishalle: Günter Scheibeln 089 / 3 10 32 29
Hallenbuchungen: www.ebusy.tennis-lohhof.de
Tennisschule: Carsten von Schreiber 0174 / 3 17 70 76
Ballschule: Thomas Eisner 089 / 31 00 26 16
Internet: www.tennis-loh-hof.de
E-Mail: kontakt@tennis-loh-hof.de

ANLAGE TENNIS LOH Hof (TL)
WO? Am Sportpark, Hartmut-Herrmann-Weg 1
Telefon: 089 / 3 10 31 66
 Unsere wunderschöne, parkähnliche Anlage am Hartmut-Herrmann-Weg mit 11 Sandplätzen, davon 3 mit Flutlicht ausgestattet, einem Allwetterplatz, einer Tenniswand, Zweifeldhalle (gelensckonender Teppichboden mit Granulat) sowie 2 Sandplätze in einer hochmodernen Traglufthalle. Sie liegt ganz in der Nähe des Hans-Bayer-Stadions und des Freizeitbades aquariusUSH. Den kleinen Durst oder den großen Hunger versorgt der Wirt unseres Tennisstübchens.

ANLAGE TENNIS PARK UNSCHLEISSHEIM (TPU)
WO? Anna-Wimmschneider-Str. 7 (hinten dem BallhausForum)
Telefon: 089 / 3 10 40 50
 Unsere Anlage „TPU“ liegt hinter dem BallhausForum (neben dem Hotel Infinity). 12 gepflegte Sandplätze stehen jedem Mitglied und Gästen fast immer ohne Wartezeit zur Verfügung. Um das leibliche Wohl kümmert sich im Vereinsheim „Königs“ mit wunderschöner Terrasse unsere Wirtin Vera Juric.

THAI-BOXEN:
 Muay Thai oder Thaiboxen ist der Nationalsport Thailands, dessen Wurzeln in den Jahrhunderte alten Kampfkünsten Südost-Asiens liegen. Es ähnelt einer Mischung aus Boxen und Karate. Thaiboxen hält fit, dient der Selbstverteidigung und kann als Kampfkunst, aber auch als Wettkampfsport ausgeübt werden. Thaiboxen wird aus verschiedenen Motiven ausgeübt, aus Fitnessgründen, als Wettkampfsport, zur Selbstverteidigung oder als Kampfkunst. Beim Training der Vollkontaktsportart lernen die Teilnehmer Disziplin, gegenseitige Hilfe und Zusammenarbeit.

ABTEILUNG: JUDDO
FÜR WEN? Jugendliche ab 16 Jahre
WANN? Mi.: 20.30 – 22.00 Uhr
 Fr.: 21.00 – 22.30 Uhr
 BallhausForum
WO? Michael Schormair, Tel.: 01 73 / 1 84 24 79

TISCHTENNIS:
 Angabe, Annahme, Rückhand, Vorhand etc. – bei der kleinen weißen Kugel muss man sein ganzes Reaktionsvermögen zeigen. Natürlich nicht nur im Training, sondern auch bei Punktspielen, die von September bis Mai stattfinden. Eine generationsverbindende Sportart, die von 8 bis 80 Jahren gespielt werden kann.
ABTEILUNG: TISCHTENNIS
WO? Ganghoferhalle
WANN? Di., 17.30 – 22.00 Uhr
 Do., 17.30 – 22.00 Uhr
 Sa., 10.00 – 12.00 Uhr
 Herr Schulte, Tel.: 089 / 37 44 89 54 oder 01 57 / 74 18 94 85
 Herr Orlykhov, Tel.: 089 / 35 85 12 15 oder 01 78 / 817 96 21

TURNEN:
 Seit 1955 gibt es die mittlerweile mit Abstand größte Abteilung des Sportvereins Lohhof e.V. in Unterschleißheim. Das angebotene Sportprogramm beinhaltet neben dem Gerät- und Rhythmusturnen eine Vielfalt von Gymnastik- und Fitnessstunden. In sämtlichen Sportbereichen sind für alle Altersgruppen geeignete Übungsstunden im Angebot. Die eigens für Kinder und Jugendliche konzipierten Turnstunden sind ebenso beliebt, wie die 22 Gymnastik-, Präventionssport- und S-Klasse-Angebote. Mittlerweile wurde unser Sportangebot noch um das Cheerleading erweitert. Der klassische Gerätturnsport teilt sich, je nach Interesse und Veranlagung, in einen wettkampforientierten und einen allgemein zugänglichen Bereich auf. Wir sind stets bemüht, trotz begrenzter Hallenkapazitäten, den vielfältigen Bedarf im Breitensport abzudecken und die dazu notwendigen Übungsleiterressourcen sicherzustellen und freuen uns über jeden Interessenten, unabhängig von Alter, Geschlecht und Veranlagung. Unsere Sportstunden schaffen auch freundschaftliche Kontakte, die auf verschiedene Weise in den einzelnen Gruppen gepflegt werden. Ihre Fragen beantworten wir gerne, wenn Sie uns über die E-Mail-Adresse turnen@svlohof.de oder auch persönlich kontaktieren. Im Internet können Sie weitere Informationen unter dem Link <http://www.svlhohof.de/turnen> finden.

TurnKin: ELTERN-KIND TURNEN
 Eine Stunde für unsere jüngsten „Sportler“. Mit einfachen Liedern und Spielen wird der Bewegungsdrang unserer Kinder geschickt ausgenutzt, und sie lernen spielerisch, was man mit Bällen, Seilen, Reifen, Tüchern usw. alles anstellen kann. Mamas oder Papas sichere Hand ist da, wenn erste Erfahrungen an Großgeräten, wie Leiter, Ringen, Stufenbarren, Trampolin usw. gemacht werden. Körpergefühl, Ausdauer, Koordination und Gemeinschaftsgeist werden gefördert, und das mit viel Spaß und Freude für Groß und Klein.

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Bis 3 Jahre
WO? Ganghoferhalle
WANN? Mo., 15.00 – 16.00 Uhr und 16.00 – 17.00 Uhr
WER? Julia Klose, Tel.: 0160 / 6 10 31 94
FÜR WEN? Bis 3 Jahre
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Di., 9.30 – 10.30 Uhr
WER? Angela Born, Tel.: 089 / 3 10 77 46
FÜR WEN? Bis 3 Jahre
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Mi., 10.00 – 11.00 Uhr
WER? Angela Born, Tel.: 089 / 3 10 77 46
FÜR WEN? Bis 3 Jahre
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Do., 9.30 – 10.30 Uhr
WER? Petra Golega, Tel.: 0157 / 53 12 69 79
FÜR WEN? Bis 3 Jahre
WO? Ganghoferhalle
WANN? Sa., 9.30 – 10.30 Uhr und 10.30 – 11.30 Uhr
WER? Petra Golega, Tel.: 0157 / 53 12 69 79

TurnKin: VORSCHULTURNEN
 Hier werden die Kinder in den Turnstunden ohne Begleitung der Eltern zu einfachen Übungen, wie Rolle vorwärts und rückwärts, Rad, Trampolinspringen usw. hingeführt. Neben Fangspielen erlernen die Mädchen Übungen an Reck, Barren, Sprung; aber auch Sprossenwände und Kästen können zum Einsatz. Durch gezielte Übungen können manche Haltungsschwächen ausgeglichen werden und bestimmte Fertigkeiten eingübt und verbessert werden. Diese Stunde ist für alle Mädchen geeignet, die Freude an der Bewegung haben. Den Kindern soll ein vielseitiges Angebot wie z. B. Tanzen, Singen, Spiele und verschiedene Klein- und Großgeräte die Möglichkeit geben ihre persönlichen Bedürfnisse zu befriedigen. Die Übungsstunden finden ohne Eltern statt.

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? 4 – 6 Jahre
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Do., 16.00 – 17.30 Uhr
WER? Margit Riedmaier, Tel.: 01 60 / 3 74 34 69
FÜR WEN? 4 – 6 Jahre
WO? Ganghoferhalle
WANN? Mi., 16.30 – 17.30 Uhr
WER? Barbara Preller, Tel.: 01 75 / 5 87 31 90
FÜR WEN? 4 – 6 Jahre
WO? Ganghoferhalle
WANN? Mi., 17.30 – 18.30 Uhr
WER? Bernhard Wolfsbauer, Tel. 01 71 / 2 47 75 58
FÜR WEN? 4 – 6 Jahre
WO? Ganghoferhalle
WANN? Do., 15.30 – 16.30 und 16.30 – 17.30 Uhr
WER? Julia Klose, Tel.: 0160 / 6 10 31 94

TurnGT: MÄDCHENTURNEN
 Mit Spaß wird Beweglichkeit, Koordination, Ausdauer, Kraft und Teamgeist der Mädchen spielerisch gefördert. Sie erlernen die grundlegenden Übungen des Turnens sowie diverse Übungen, die sie an das Gerätturnen heranführen. Es können auch die ersten Schritte in Richtung „Gerätturnen mit Wettkämpfen“ sein. Unsere Übungen wirken sich auch positiv auf die Körperhaltung der Mädchen aus.

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen 6 – 8 Jahre (1./2. Klasse)
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mi., 17.00 – 18.00 Uhr
WER? Michael Rupprecht, Tel.: 089 / 310 26 20
FÜR WEN? Mädchen 9 – 11 Jahre (3./4. Klasse)
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mi., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Angela Born, Tel.: 089 / 310 77 46
FÜR WEN? Mädchen 6 – 8 Jahre (1./2. Klasse)
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Fr., 16.00 – 17.30 Uhr
WER? Johanna Gradalska, Tel. 0 89 / 37 00 40 55
FÜR WEN? Mädchen 9 – 11 Jahre (3./4. Klasse)
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Fr., 17.30 – 19.00 Uhr
WER? Johanna Gradalska, Tel. 0 89 / 37 00 40 55

TurnGT: BUBENTURNEN
 Im Spiel und mit viel Spaß wird Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination und Teamgeist der Buben im Alter von 6 – 10 Jahren gefördert. Sie erlernen einfache Übungen wie Handstand, Rad, Rolle rückwärts, Trampolin springen usw. Großgeräte wie Reck, Barren, Sprossenwand, Kästen und vieles mehr kommen zum Einsatz. Durch gezielte Übungen können manche Haltungsschwächen ausgeglichen und bestimmte Fertigkeiten eingübt und verbessert werden.
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Buben 6 – 10 Jahre
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Do., 17.30 – 19.00 Uhr
WER? Petra Golega, Tel. 0157 / 53 12 69 79

TurnGT: GERÄTTURNEN wettkampforientiert für Buben und Mädchen
 Turnen ist eine Mischung aus Körperbeherrschung und Anmut. In unseren Turnstunden versuchen wir mit den Kindern ihre natürlichen Anlagen Schritt für Schritt zu turnerischen Fähigkeiten auszubauen. Zum Gerätturnen der Frauen gehören die vier olympischen Geräte: Sprung, Schwebebalken, Stufenbarren und Boden. Zum Gerätturnen der Männer gehören die sechs olympischen Geräte: Boden, Seitpferd, Ringe, Sprung, Barren und Reck. Die Mädchen und Buben im Alter ab 5 Jahre trainieren regelmäßig zwei Mal pro Woche und nehmen je nach Leistungsstärke an Mannschafts- und Einzelwettkämpfen teil wie z. B. Gerätturnen im Verein, Kreisjugendsportfest oder fahren zu Turnfesten auf Gau- / Bezirks- oder Landesebene. Diese Stunden werden von erfahrenen Übungsleitern angeboten, was nur eine begrenzte Anzahl an TurnerInnen in den Riegen zulässt. Erfragen Sie unser Angebot persönlich bei den Spartenleitern, oder senden uns eine E-Mail an turnen@svlohof.de

ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Buben und Mädchen nach den Eltern-Kind- bzw. Vorschul-Turnstunden, ab 5 Jahre, je nach persönlicher Entwicklung.
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Nach Absprache
WER? Für Buben: Peter Schreiber, Tel.: 0174 / 325 70 74
 Für Mädchen: Michael Rupprecht, Tel.: 0 89 / 3 10 26 10
FÜR WEN? Buben ab 5 Jahre (Schüler G)
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Mo., 18.00 – 19.30 und Fr., 18.00 – 19.30 Uhr
WER? Simon Schmidt, Tel.: 089 / 32 12 09 96

TurnGT: MEHRKAMPF
 Der Mehrkampf besteht aus turnerischen und leichtathletischen Disziplinen. Im Turnen werden Übungen an den Geräten Boden, Sprung, Barren, Reck / Stufenbarren und Schwebebalken geübt. In der Leichtathletik werden Grundkenntnisse im Laufen, Werfen und Wetsprung vermittelt. Neben der groben Alterseinteilung spielen auch die individuellen Vorkenntnisse des Kindes eine Rolle, daher werden die Mädchen und Buben in Gruppen eingeteilt.
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Buben und Mädchen 8 – 12 Jahre
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Mi., 17.00 – 18.30 Uhr, nur im Winter (November – April)
WER? Margit Riedmaier, Tel.: 01 60 / 3 74 34 69

TurnGT: SPORTABZEICHEN FÜR KINDER
 Das Sportabzeichen wird für bestimmte sportliche Leistungen verliehen. Es wird in turnerischen, leichtathletischen und schwimmerischen Disziplinen je nach Altersklasse in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden abgenommen. Es gelten die Vorschriften des Deutschen Olympischen Sportbundes für das Deutsche Sportabzeichen Jugend ab 8 Jahre.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Hans-Bayer-Stadion
WANN? Di., 18.00 – 19.00 Uhr (7 – 11 Jahre) und 19.00 – 20.00 Uhr (12 – 18 Jahre)
 nur im Sommer (Mai – Oktober)
WER? Margit Riedmaier, Tel.: 01 60 / 3 74 34 69

SPORTANGEBOT – Sommer 2017

TurnJug: POWER TEENIES

Kein spezieller Leistungsanspruch – Alles was Spaß macht – Auf Wünsche der Teilnehmerinnen wird nach Möglichkeit eingegangen.
Programmauszug: Trampolin oder Gerätturnen, Ballsportarten aller Art (Beachvolleyball, Basketball, Hockey etc.), Rope-Skipping incl. Double Dutch, Akrobatik, Kraftausdauer und Koordinationsschulung.
Für alle, die Wert auf kreative, abwechslungsreiche Sportangebote legen – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen / Frauen ab 13 Jahre bis „open end“
WO? Rupert-Egenberger-Halle
WANN? Mi., 18.30 – 20.00 Uhr
WER? Michael Rupprecht, Tel.: 0 89 / 3 10 26 10

TurnJug: MODERN-JAZZ-DANCE

Das Tanzen mit Kindern & Jugendlichen soll Spaß und Freude an Musik und Bewegung bringen. Ziele des Tanzens sind: Entspannung, Entwicklung von Kreativität, Tanz trainiert die Persönlichkeit, fördert die soziale & emotionale Entwicklung; Tanz trainiert den Körper, harmonische Beweglichkeit, Förderung der Koordinations- & Konzentrationsfähigkeit, Verbesserung der Kondition, Ausdruck von Gefühlen und Befindlichkeiten, Vereinigung von Körper und Geist. Der Aufbau des Trainings setzt sich aus einer Aufwärmphase in welcher Sprünge, Drehungen und Jazz Gymnastik, wie auch einfache Bewegungsabfolgen zu verschiedener Musik eingeübt werden. Auch Spiegelübungen und Improvisationstanz begleiten diese Phase. Im Anschluss erarbeiten wir eine Choreographie, die im Sommer durchgeführt wird. Die Stunde endet mit einem Spiel und Lockerungsübungen.
Hast Du Lust und tanzt gerne, dann schau mal vorbei.
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen und Buben
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Di., 16.15 – 18.15 Uhr (3 Gruppen)
Di., 18.15 – 19.00 Uhr (Fortgeschrittene)
WER? Simone Spötti (Kontakt in der Halle)

TurnRhön: RHÖNRADTURNEN

Otto Feick entwickelte ein Turngerät, das aus zwei parallel mit 6 Sprossen verbundenen Stahlrohrrahmen bestand. An zwei Sprossen sind Fußbretter befestigt, an denen die TurnerInnen die Fußschlaufen, sogenannte Bindungen, einziehen. An diesem Gerät werden Turnübungen, wie sie aus dem Turnunterricht bekannt sind, geübt.
ABTEILUNG: TURNEN
FÜR WEN? Mädchen und Buben ab 10 Jahre
WO? Carl-Orff-Gymnasiaumhalle
WANN? Di., 18.30 – 20.30 Uhr
Do., 18.30 – 20.30 Uhr
WER? Simon Schmidt, Tel.: 0 89 / 32 12 09 96

TurnGym: AEROBIC FREE STYLE

Über 4 – 5 Wochen erlernen wir eine Aerobic-, Dance- oder Latino-Choreografie in Low Impact. Wir variieren jedes Mal ein bisschen die Schritte und steigern damit das Niveau und den Spaß. Es folgt ein effektives Muskeltraining. Bitte feste Schuhe.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mo., 19.30 – 21.00 Uhr
WER? Monika Pantelic, Tel.: 01 74 / 9 02 48 20

TurnGym: AEROBIC-MIX

Mittlerweile wird diese Aerobic-Stunde wieder angeboten. Unsere neue Übungsleiterin Daniela Hetz freut sich über Ihr Interesse und möglichst regelmäßige Teilnahme. Lassen Sie sich von Ihrem neuen Programm überraschen.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Mi., 8.45 – 10.15 Uhr
WER? Daniela Hetz, Tel.: 089 / 310 94 33

TurnGym: BODY-FORMING

Ein effektives Muskelausdauertraining für den ganzen Körper. Eine abwechslungsreiche Stunde mit verschiedenen Geräten, guter Musik und abschließender Dehnung und Entspannung. Bitte feste Schuhe.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Fr., 9.00 – 10.00 Uhr
WER? Anja Suadicani, Tel.: 01 63 / 9 10 33 19

TurnGym: BODYSTYLING

Der ganze Körper wird trainiert. Nach einem Aufwärmteil geht es an die Verbesserung der Koordination. Anschließend Kräftigung verschiedener Muskelgruppen individuell mit/ohne Handgeräte. Dehn- und Entspannungsübungen bilden den Ausklang der Stunde.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Nelkenhalle oben
WANN? Di., 18.30 – 19.30 Uhr
WER? Daniela Klimke, Tel.: 0 89 / 37 06 37 61

TurnGym: BODY-FORMING U-25

Ausgewogenes und abwechslungsreiches Aerobicprogramm mit aktueller, motivierender Musik zur Steigerung der allgemeinen Fitness für Teilnehmer/-innen von 15 – 25 Jahren.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Kindergarten Wirbelwind
WANN? Do., 19.00 – 20.00 Uhr
WER? Stefanie Schönwetter, Tel.: 01 72 / 5 80 87 79

TurnGym: FITNESS- UND GESUNDHEITSGYMNASTIK (speziell für sie)

Eine körperbetonte, rhythmische Gymnastik, mit und ohne Handgeräte führt zu Kondition und Wohlbefinden. Problemzonen werden gefestigt und der Körper auf Haltung trainiert. Diese Gymnastik – ohne wilde Sprünge – ist sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mo., 17.30 – 18.30 Uhr
WER? Gudrun Wittke, Tel.: 0 89 / 12 01 25 96

TurnGym: KONDITIONSGYMNASTIK

Zu fetziger Musik werden verschiedene Muskelgruppen mobilisiert und dann im High-Impact, Koordination, Fitness und Beweglichkeit geschult. Darauf folgt ein gezieltes Training der einzelnen Muskelgruppen – auch unter Einsatz von Handgeräten. Stretching und Entspannung bilden den Ausklang.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mo., 18.30 – 19.30 Uhr
WER? Monika Pantelic, Tel.: 01 74 / 9 02 48 20

TurnGym: PILATES

Durch Konzentration auf die Übungen finden wir zu Harmonie und innerer Ruhe. Gleichzeitig bekommt der Körper mehr Beweglichkeit, Stabilität und Spannung.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Do., 19.30 – 20.30 Uhr
WER? Anja Suadicani, Tel.: 01 63 / 9 10 33 19

TurnGym: PILATES Balance Mix

Eine ruhige Stunde zum Finden des Inneren Gleichgewichts / Balance mit Einbau von Pilates-Elementen. Entspannung pur mit Körperreisen.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Saal am Weiher
WANN? Mo., 8.15 – 9.15 Uhr
Mo., 9.15 – 10.15 Uhr
WER? Angela Born, Tel.: 0 89 / 3 10 77 46

TurnGym: POWER & FUN

Nach einer flotten Aufwärmphase und einem ausdauernden Herz-Kreislauf-Teil folgt ein funktionelles Ganzkörpertraining, bei dem Brust, Bauch, Beine, Po im Vordergrund stehen. Wir arbeiten mit und ohne Handgeräte (Thera-Band, Hantel). Den Ausklang der Stunde bildet der Dehnungs- und Entspannungsteil. Bitte feste Schuhe.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mi., 20.00 – 21.00 Uhr
WER? Daniela Effenberger, Tel.: 01 76 / 24 29 61 63
und Elisabeth Hetz, Tel.: 01 57 / 82 44 21 92

TurnGym: POWER-WORKOUT

Die Stunde beginnt mit einem Aufwärmteil, dem ein abwechslungsreiches Konditions- und Koordinationstraining folgt. Anschließend werden gezielt verschiedene Muskelgruppen auch unter dem Einsatz verschiedener Geräte gekräftigt. Den Abschluss bilden Stretching und Entspannung.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Kinderhaus Champini
WANN? Fr., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Christina Hetz, Tel.: 01 76 / 31 61 20 56

TurnGym: GYM & GAME / SKIGYMNASTIK

Mit viel Spaß und Schwung werden Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit und Koordination trainiert. Skispezifische Übungen dürfen nicht fehlen – eingebaut sind Gleichgewichts- und Geschicklichkeitsübungen sowie die bekannten Imitationsteile wie Abfahrtschocke, Wedelhüpfen usw. In lockerer Folge wird ein Circle-Training für spezielle Trainingsreize sorgen. Damit der Spaß nicht zu kurz kommt, gibt es zwischendurch auch mal kleine Spiele.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Rupert-Egenberger-Halle
WANN? Do., 18.30 – 20.00 Uhr
April – September: Konditionsgymnastik & Spiele
Oktober – März: Skigymanstik
Tobias Wallner, Tel.: 089 / 310 81 33

TurnGym: STEP

Step ist ein gelenkschonendes Herz-Kreislauftraining auf höhenverstellbaren Plattformen in Form einer Choreographie zu mitreißender Musik. Bei einer Menge Spaß werden wir die Ausdauer als auch die gesamte Beinmuskulatur trainieren. Bitte feste Schuhe.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Kindergarten Wirbelwind
WANN? Do., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Stefanie Schönwetter, Tel.: 0172 / 5 80 87 79

TurnGym: ZUMBA®

Zumba® vereint Tanz und Fitness und bringt allen Altersklassen, mit ihrer ansteckenden Musik und den leicht nach zu tanzenden Schritten, gleichermaßen Spaß. Bei Zumba® kommt man mit heißer Musik fast von alleine in Schwung. Nichtmitglieder: Kurskarten erhältlich
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Kinderhaus Champini
WANN? Di., 19.00 – 20.00 Uhr
WER? Tihana Lesar, Tel.: 01 51 / 70 37 71 59

TurnPräv: BEWUSST BEWEGEN

Bewusstes Bewegen heißt – meine Körpersignale annehmen – Veränderungen wahrnehmen und zulassen – meine eigene Bewegungsharmonie finden – neue Beweglichkeit erleben – das Zusammenspiel von Atmung und Bewegung erfahren.
Wie? Körper und Gedanken arbeiten am selben Ziel.
Denken – Bewegen – Fühlen – Bewegen – Denken – Das eigene Bedürfnis zählt.
Für wen? Alle, die Lust haben, sich einmal anders zu bewegen, die ihr Anstrengungsmass selber bestimmen wollen – die auf ihren Körper neugierig sind – die von ihm lernen wollen.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Gymnastikraum Siedlerstr. 38 – 42
WANN? Di., 19.30 – 20.30 Uhr
WER? Angelika Gierlinger, Tel.: 0 89 / 3 10 55 54

TurnPräv: FIT AB 50 (speziell für sie)

Eine abwechslungsreiche Gymnastikstunde für Frauen.
Zu flotter Musik (mit vielen Oldies) trainieren wir Kondition, Muskelkraft und Beweglichkeit. Wir lernen, unsere Haltung zu verbessern, um Rückenschmerzen vorzubeugen. Dehnungs- und Entspannungsübungen bilden den Stundenabschluss.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Mi., 19.00 – 20.00 Uhr
WER? Monika König, Tel.: 0 89 / 3 10 66 70

TurnPräv: QIGONG

Übungen aus dem Qigong regen den Kreislauf an und vertiefen den Atem. Sie kräftigen den Körper und haben eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule. Die einfach zu erlernenden Übungen aus der Reihe „Das Spiel der Tiere“ werden durch belebende Selbstmassage und Akupressur ergänzt. Alles lässt sich gut in den Alltag integrieren, löst Verspannungen und steigert das Wohlbefinden. Bitte bequeme Kleidung und dicke Socken oder leichte, bequeme Schuhe.
ABTEILUNG: TURNEN
Die wegen zu geringem Interesse zunächst ausgesetzte Übungsstunde wird für 2017 als zeitlich abgegrenzter Kurs geplant.
WER? Monica Balcai, Tel.: 089 / 90198745

TurnPräv: RÜCKENFIT

Eine gelenkschonende Gymnastik für „sie und ihn“ mit folgenden Schwerpunkten:
– Kräftigung der rumpfstabilisierenden Muskulatur
– Verbesserung der Beweglichkeit
– Erlernen von rückengerechten Haltungs- und Bewegungsmustern
– Dehnung und Entspannung
WO? Saal am Weiher
WANN? Mi., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Monika Pantelic, Tel.: 01 74 / 9 02 48 20

TurnPräv: RÜCKENGYMNASTIK

Eine gelenkschonende Gymnastik für „sie und ihn“ mit folgenden Schwerpunkten:
– Kräftigung der rumpfstabilisierenden Muskulatur
– Verbesserung der Beweglichkeit
– Erlernen von rückengerechten Haltungs- und Bewegungsmustern
– Dehnung und Entspannung
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Di., 14.15 – 15.15 Uhr
WER? Monika König, Tel.: 0 89 / 3 10 66 70

TurnPräv: RÜCKENGYMNASTIK UND STURZPROPHYLAXE FÜR SENIOREN

Eine vielseitige Sportstunde für „sie und ihn“, die Ihnen dabei helfen soll, mobil zu bleiben und fest auf den Beinen zu stehen.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Mehrzweckhalle
WANN? Di., 13.15 – 14.15 Uhr
WER? Monika König, Tel.: 089 / 3 10 66 70

TurnS-Klasse: GYMNASTIK UND FITNESS FÜR IHN

Für jeden, der seine Beweglichkeit und Fitness in stressfreier Atmosphäre steigern möchte und Spaß an Sport in der Gruppe hat. Nach einem Aufwärmtraining folgen Übungen zur Stärkung von Ausdauer und Muskelkraft und Verbesserung der Beweglichkeit die ihren Abschluss in Dehnungs- und Entspannungsübungen finden.
ABTEILUNG: TURNEN
WO? Michael-Ende-Halle
WANN? Do., 19.30 – 22.00 Uhr
WER? Volle Leitl, Tel.: 089 / 3 10 24 81

TurnS-Klasse: VOLLEYBALL DER TURNER

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Ganghoferhalle
WANN? Fr., 18.00 – 20.00 Uhr
WER? Wolfgang Weichert, Tel.: 0 89 / 3 10 18 80

TurnCheer: CHEERLEADING

Cheerleading ist eine vielseitige Sportart, die Teamgeist, Tanz, Turnen und Akrobatik kombiniert. In den mittlerweile schon drei Altersklassen, PeeWees (ab 5 – 10 Jahre), Juniors (ca. 11 – 15 Jahre) und Seniors (ab ca. 16 Jahre), sind inzwischen über 35 Cheerleader aktiv. Probe trainings und Einstieg für Interessierte (m/w) ist nach Absprache jederzeit möglich! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, jedoch sollte Spaß an Sport und Bewegung selbstverständlich sein sowie die Bereitschaft zu regelmäßiger Trainingsteilnahme.

TurnCheer: CHEERLEADING PeeWees (ab 5 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Vereinsturnhalle
WANN? So., 16.00-17.30 Uhr
WER? Nina Fischer, Tel.: 0151 / 19 30 47 30

TurnCheer: CHEERLEADING Juniors (ab 11 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Gleis 1 – Saal
WANN? Fr., 18.00-19.30 Uhr
WER? Nina Fischer, Tel.: 0151 / 19 30 47 30

TurnCheer: CHEERLEADING Juniors (ab 11 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Vereinsturnhalle
WANN? So., 17.30-19.00 Uhr
WER? Nina Fischer, Tel.: 0151 / 19 30 47 30

TurnCheer: CHEERLEADING Seniors (ab 15 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Vereinsturnhalle
WANN? So., 19.00 – 21.30 Uhr
WER? Lorena Alwein, Tel.: 0151 / 54 61 28 39

TurnCheer: CHEERLEADING Seniors (ab 15 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Nelkenhalle
WANN? Mi., 18.00 – 19.00 Uhr
WER? Hanna Brandt, Tel.: 01 57 / 86 77 51 49

TurnCheer: CHEERLEADING Seniors (ab 15 J.)

ABTEILUNG: TURNEN
WO? Vereinsturnhalle
WANN? Di., 20.00 – 21.30 Uhr
WER? Hanna Brandt, Tel.: 01 57 / 86 77 51 49

VOLLEYBALL:

SV Lohhof Volleyball – seit vielen Jahren ein Begriff in Deutschland, ja sogar europaweit. In den 90er-Jahren prägte die Damenmannschaft den deutschen Volleyballsport. Viele berühmte Spieler und Trainer agierten in Lohhof. Der SV Lohhof war der erste deutsche Club, der einen europäischen Wettbewerb gewann. Darüber hinaus wurde man mehrfacher Deutscher Meister und Pokalsieger. In der kommenden Saison 16/17 spielt die Damen-Mannschaft in der 2. Bundesliga.
Doch Spitzenvolleyball muss von einer breiten Basis getragen werden. Deswegen setzt man beim SV Lohhof Volleyball auf die Jugend. Mädchen und Jungen werden von der F-Jugend bis zur A-Jugend professionell betreut und aufgebaut, wobei der Spaß auch nie in den Hintergrund gerät.
ABTEILUNG: VOLLEYBALL
WO? Sporthalle des Carl-Orff-Gymnasiums
WANN? genaue Trainingszeiten erfahren Sie auf unserer Webseite www.lohhof-volleyball.de

Ansprechpartner Jugend:

Michaela Pohl · Tel.: 01 62 / 6 36 50 65 · michaela.pohl@svlohhof.de

Ansprechpartner Spielbetrieb:

Martina Banse, Tel. 01 76 / 21 03 47 14, martina.banse@svlohhof.de

Ben Vollbrecht, Tel. 01 76 / 32 57 31 48, ben.vollbrecht@svlohhof.de

Alle Informationen und Neuigkeiten gibt es auf www.lohhof-volleyball.de

Herausgeber: SV Lohhof, Präsidium
Bezirksstraße 27 · 85716 Unterschleißheim
Telefon 0 89 / 3 10 15 90
Telefax 0 89 / 31 00 96 99

Verantwortlich: Thomas Schneider

Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Druck: Zimmermann GmbH Druck und Verlag
Einsteinstraße 4
85716 Unterschleißheim