

III. Breiten- und Gesundheitssport

allg. Gymnastik für Ältere (Rücken, Bauch, Beine, Po)				
DJK-Sportz.Halle 1	Mi	16:00 - 18:00	und Freizeitvolleyball	Euting, Adelheid
		17:00 - 18:00	Volleyball in eigener Regie	
Fitnessgymnastik f. Frauen				
Mönchbergsch.	Mo	18:30 - 19:15		Gentner, Sabine
DJK-Sportz.Halle 1	Di	18:30 - 19:30		Preis, Ines
Peterschule/VHS	Mi	18:15 - 19:00		Gentner, Sabine
Pfarsaal Unsre Liebe Frau	Di	19:30 - 20:30		Girwidz, Gisela
Fitnessgymnastik f. Frauen und Männer				
FOS/BOS/Schillerschule	Do	18:30 - 20:00		Bauersfeld, Sabine
Konditionsgymnastik mit Musik				
VHS (ehem.Peterschule)	Mo	18:45 - 20:00		Girwidz, Gisela
Fitnessgymnastik f. Männer (Gymnastik, Sport + Spiele)				
Bechtolsheimer Hof	Di	17:45 - 19:15		Faltenbacher, Jürgen
David-Schuster-Schule	Do	18:00 - 19:30		Gothe, Hans Peter
Ausgleichsgymnastik-Wirbelsäule f. Sie + Ihn				
Bechtolsheimer Hof	Di	19:15 - 20:00		Kunkel, Ruth
FOS/BOS/Schillerschule	Do	18:30 - 19:15		van Aaken, Michael
Wassergymnastik - Aquafitness für alle / Adiposiv-Gruppen				
Franz-Oberthür-Sch.	Di	19:15 - 20:00		Gentner, Sabine
Franz-Oberthür-Sch.	Do	18:15 - 19:15		Rupprecht, Katharina
Breitensport Schwimmen und Baden				
Franz-Oberthür-Sch.	Do	17:15 - 18:15	Kinder ab 6	Rupprecht, Katharina
Senioren-sport				
DJK-Sportz.Halle 1	Do	8:30 - 9:30		Bauhof, Margarete
Peterschule/VHS	Di	17:00 - 18:15		Haas, Barbara
Eehaltenhaus /St. Nikolaus	Di	10:00 - 11:00		Bauhof, Margarete

1.2. Gesundheits- und Reha-Sport**Lungensport (Teilnahme nur nach ärztl. Verordnung)**

DJK Sportz. Halle 2	Mo	18:30 - 19:15	Grundkurs	van Aaken, Michael
DJK Sportz. Halle 2	Mo	19:15 - 20:00	Sportgruppe	van Aaken, Michael

Herzsport (Teilnahme nur nach ärztl. Verordnung)

DJK Sportz. Halle 2	Di	20:30 - 22:00		Ebert, Klaus
DJK-Sportz.Halle 1	Di	20:30 - 22:00		Weidner, Herbert
DJK Sportz. Halle 2	Do	20:15 - 21:45		van Aaken, Michael

Kurse**Karate - Selbstverteidigungs-Kurs für Kinder / Jugendliche / auch für Nichtmitglieder**

Maxstr. 2 (MOZ) Turnhalle	Mi	17:00 - 18:30	ab 8 Jahre	Dömling, Jürgen
---------------------------	----	---------------	------------	-----------------

Kurseinstieg jederzeit möglich

Nichtmitglieder auf Kursbasis dritteljährl. Jan- Ostern, Otern - bis Sommerferien, Sommerferien bis Dez. bis 14 Jahr 30 €, 14 - 18 Jahre 35 €. Bei Nichtmitgliedern können sich logischerweise Teilbeiträge ergeben, hierfür nehme ich bis 14 . 8 € und von 14 - 18 Jahre 9 € pro Monat.

Nordic - Walking -Treff für Fortgeschrittene Sie und Ihn / nur für Mitglieder

Treffpunkt DJK Sportz.	Mo	18:00 - 19:30	April - Oktober	Manfred Müller, Tel. 0931/413820
bitte vor Teilnahme Kontakt mit Herrn Müller aufnehmen				

Lauftreff für Frauen

Treffpunkt n. Absprache	Mo	18:30 - 19:30		Herget, Marianne
--------------------------------	----	---------------	--	------------------

Konditions-Gymn. im Sommer /Skigymnastik ab Oktober - Kurse für sie und Ihn / auch für Nichtmitglieder

Zellerauer Schule	Do	20:00 - 21:30		Reddemann, Wolfgang
-------------------	----	---------------	--	---------------------

Nichtmitglieder: Kursgebühr 50 €

11. Volleyball - h-mi@gmx.de - diese Gruppe ist eine geschlossene Gruppe - keine Anfänger und Freizeitspieler

DJK Sportz. Halle 2	Di	19:00 - 20:30	Fortgeschrittene	Mitschka, Heinrich
Beachplatz Sommer	Di	19:00 - 20:30	Fortgeschrittene	Mitschka, Heinrich

Freizeit Badminton für Männer und Frauen - Dominik Schreiter

DJK Sportz. Halle 2	Mo	20:00 - 21:45		N.N.
DJK Sportz. Halle 2	Mi	20:00 - 21:45		N.N.
DJK-Sportz.Halle 1	Mi	20:00 - 21:45		N.N.

2. Aikido -Abt.Leiter: Reinhart, Peter - reinhart@architektur-werkstatt.net

DJK-Sportz.Halle 1	Mo	19:00 - 20:30	allgemeines Training	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Mo	20:30 - 21:30	Fortgeschrittene	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:30 - 21:30	allgemeines Training	Bieber, Stefan
DJK-Sportz.Halle 1	Fr	17:45 - 19:45	Fortgeschrittene	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Fr	19:45 - 21:15	laido	Florenkowsky
DJK-Sportz.Halle 1	So	14:00-16:00	freies Training	Weinläder, Helmut

3. Basketball - Dr. Martin Vocke - m.vocke@rae-vocke.de

Dr.K.-Kroiß-Schule	Di	18:45 - 20:15	1. Damenmannschaft / U 17	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	17:45 - 19:15	1. Damenmannschaft / U 17	Dr. Vocke, Martin
David-Schuster-Schule	Fr	19:15 - 21:15	2. Damenmannschaft	Häusner, Sabine
Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 15 weibl.	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	15:00 - 16:30	U 15 weibl.	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 13 weiblich	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	16:15 - 17:45	U 13 weiblich	
Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 11 weiblich	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	16:15 - 17:45	U 11 weiblich	Dr. Vocke, Martin

4. Fußball - Hoch, Manfred - mhoch48@aol.com

Zellerauer Schule, Friedrichstr.	Mo	17:00-18:30		
A-Stifter-Schule, Frankfurter Str. 71	Mi	16:00 - 17:45		

A-Stifter-Schule, Frankfurter Str. 71	Mi	20:00 - 21:30	Wintertraining, Näheres bitte erfragen
Hundertwasserschule	Fr	18:30 - 20:00	
Hundertwasserschule	Fr	16:30 - 18:00	
FKG	Do	20:00 - 21:45	

Sommertraining			
DJK Sportplatz	Mi	16:30 - 17:30	U 7
	Mo + Mi	17:00 - 18:30	U 9
	Mo + Mi	17:00 - 18:30	U11
	Mo + Mi	17:30 - 19:00	U 13
	Di + Do	17:30 - 19:00	U 15
	Di + Do	17:30 - 19:00	U 17
Aktive			
	Mi + Fr	19:00 - 20:30	Herren I
	Di + Fr	19:00 - 20:30	Herren II
	Di + Do	19:00 - 20:30	Damen

5. Handball w - Placht, Stefanie - 0931/282589 // m - Hilpert, Stefan 0931/51256

Siebold-Gymn 1.Stock	Mi	18:30 - 20:00	Freizeitgruppe Sie + Er	Niggli, D.
F.Koenig-Gymn.	Mi	20:00 - 21:30	Freizeitgruppe Herren	Hilpert, S.

6. Judo Anfänger + Fortgeschrittene (m + w) - Lang, Peter pietlong@web.de

S.Oliver-Arena Nebenhalle	Mo	17:30 - 19:00	Schüler	Feist, Karin
S.Oliver-Arena Nebenhalle	Di	18:00 - 19:30	Schüler 6 - 14	Feist, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	17:30 - 19:00	Schüler 6 - 14	Feist, Karin / Schmid , Alexander
S.Oliver-Arena Nebenhalle	Di	19:30 - 21:00	Jugendl. / Erw. ab 15	Feist, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:00 - 20:30	Jugendl. / Erw. ab 15	Feist, Karin

Training in den Schulferien

DJK-Sportz.Halle 1	Mo	19:00 - 20:30		Gabriel, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:00 - 20:30		Feist, Karin

7. Leichtathletik -Göbel, Harald - kontakt@wuerzburg-leichtathletik.de

			aktuell nur eingeschränktes Training	

KiSS

KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	16:15 - 17:00		KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)
DJK Sportgelände	Di	16:45 - 17:30		KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)
DJK Sportgelände	Mi	15:00 - 15:45		KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)
DJK Sportgelände	Mi	16:45 - 17:30		KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)
Schillerschule	Do	15:30 - 16:15		KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)
KiSS Stufe 1 (3-4 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	15:15 -16:15		KiSS Stufe 1
DJK Sportgelände	Mi	15:45 - 16:45		KiSS Stufe 1
Max Dauthendey Schule	Do	16:30 - 17:30		KiSS Stufe 1
KiSS Stufe 1+ (4-5 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	15:00 - 16:00		KiSS Stufe 1 +
DJK Sportgelände	Di	16:30 - 17:30		KiSS Stufe 1 +
KiSS Stufe 2 (4, 5 - 6 Jahre)				

DJK Sportgelände	Mo	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Mo	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Di	14:30 - 15:30	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Di	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 2
Schillerschule	Di	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Mi	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Do	14:30 - 15:30	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Do	15:30 - 16:30	KiSS Stufe 2
Max Dauthendey Schule	Do	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Fr	14:15 - 15:15	KiSS Stufe 2
DJK Sportgelände	Fr	15:15 - 16:15	KiSS Stufe 2
KiSS Stufe 3 (6-8 Jahre)			
DJK Sportgelände	Mo	17:00 - 18:00	KiSS Stufe 3
DJK Sportgelände	Di	15:30 - 16:30	KiSS Stufe 3
DJK Sportgelände	Di	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 3
Schillerschule	Di	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 3
DJK Sportgelände	Mi	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 3
DJK Sportgelände	Do	16:30 - 17:30	KiSS Stufe 3
Schillerschule	Do	16:15 - 17:15	KiSS Stufe 3
KiSS Stufe 4 (8-10 Jahre)			
DJK Sportgelände	Mo	17:00 - 18:00	KiSS Stufe 4
DJK Sportgelände	Mi	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 4
DJK Sportgelände	Do	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 4
KiSS Jugendclub (5./6. Klasse)			
DJK Sportgelände	Mo	18:00 - 19:00	KiSS Jugendclub
Kooperation (1.-4. Klasse)			
Bechtolsheimer Hof	Do	13:30 - 14:30	Kooperation
Bechtolsheimer Hof	Do	14:30 - 15:30	Kooperation
Goetheschule	Fr	13:30 - 14:30	Kooperation
KiSS Schwimmen (1.-4. Kl)			
Franz-Oberthür-Schule	Do	17:15 - 18:15	freies Schwimmen

8. Schwimmen - Reble, Bernhard -schwimmen@djkwuerzburgschwimmabteilung.de

Wettkampf Aktive / Masters

Lindleinsmühle	Mo	17:30 - 19:30	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.
F.Koenig-Gymn.	Di	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Back, Reble, W.
Lindleinsmühle	Mi	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.
F.Koenig-Gymn.	Do	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Back, M.
F.Koenig-Gymn.	Fr	17:00 - 18:30	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.

Nachwuchsgruppen

Lindleinsmühle	Mo	17:30 - 19:30	Nachwuchsgruppen	Reble, W.
F.Koenig-Gymn.	Di	17:00 - 18:30	Nachwuchsgruppen	B. u. U. Reble, Rupprecht
F.Koenig-Gymn.	Mi	17:00 - 18:30	Nachwuchsgruppen	B. u. U. Reble, Back
Lindleinsmühle	Mi	18:00 - 20:00	Nachwuchsgruppen	Reble,W.
F.Koenig-Gymn.	Do	17:00 - 20:00	Nachwuchsgruppen	B. u. U. Reble

Zwergelgruppen

Sandermare	Mo	17:00 - 18:15	Zwergelgruppen	A. u. D. Ning
Sandermare	Mi	17:00 - 18:15	Zwergelgruppen	Barina, Ning

Schwimmkurse für Kinder

Sandermare	Mo	17:00 - 18:15	Schwimmkurse	Ponnath, Aldinger
Nautiland	Mi	17:00 - 18:15	Schwimmkurse	Ponnath, Zillner

Schwimmkurse für Erwachsene

F.Koenig-Gymn.	Fr	18:30 - 20:30	Schwimmkurse	Reble, B.
----------------	----	---------------	--------------	-----------

Technikkurse für Erwachsene

F.Koenig-Gymn.	Fr	17:00 - 18:30	Technikkurse	Reble, W.
----------------	----	---------------	--------------	-----------

9. Tennis - Langenfeldt, Bernd berndla2001@web .de

Mainaustraße		Wettkampfmannschaften		
		U 10 / U 12 / Herren "40" / Herren "65"		
		Freizeit- und Jugendtraining auf Anfrage		
		Info im Internet: www.tennis-wuerzburg.de		

**Gerätturnen - Präventionskurse: Primärprävention im Bereich Kinder/Bewegung/Psychomotorik im verstehenden Ansatz nach Bernard Aucouturier
-Ansprechpartnerin: Hutka, Astrid - astrid.hutka@t-online.de**

Präventionskurse - nur auf Voranmeldung

DJK Sportz. Halle 2	Fr	14:00 - 15:00	3 - 4 jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		15:00 - 16:00	5-jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		16:15 - 17:15	6-jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		17:30 - 18:30	7 - 8 jährige	Hösel, Oliver

Kursgeb. 85 € Mitgl., 105 € Nichtmitgl.

Erlebnisturnen

DJK Sportz. Halle 2	Sa	10:00 - 12:30	Erlebnisturnen - bis ca. 6 J	Hutka, Astrid & Team
DJK Sportz. Halle 2	Sa	12:30 - 15:00	Erlebnisturnen - ab ca. 7 J	Hutka, Astrid & Team

nur auf Anfrage

			Nichtmitglieder	10er Karte 40 €
			DJK Mitglieder	10er Karte 10 €

Gruppenkarten auf Anfrage

Spieltturnen + Gymnastik für Kinder

Ferdinandeum	Do	16:15 - 17:00	3 - 4 J	Hösel, Oliver
Ferdinandeum	Do	17:00- 17:45	5 - 6 J	Hösel, Oliver

Gerätturnen weiblich - Wettkampf / Olympischer Turnsport

S.Oliver-Arena	Mo	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
S.Oliver-Arena	Di	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
DJK Sportz. Halle 2	Mi	17:30 - 20:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
S.Oliver-Arena	Do	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea

S.Oliver-Arena	Fr	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
Gerätturnen männlich - Wettkampf - olymp. Programm				
S.Oliver-Arena	Mo	16:00 - 18:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Do	16:00 - 18:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Mo	17:00 - 19:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Fr + Sa	auf Vereinbarung	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team