

Der Übungsplan - 2026



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Seniorenport

Sitzgymnastik 15.45 - 16.45 Uhr Reha
Seniorenport 17.00 - 18.15 Uhr
Turnhalle Haßlinghausen

Walking + Nordic-Walking Treff

Beginn 18.00 Uhr
Treffpunkt: Turnhalle Haßlinghausen

Walking + Nordicwalking Treff

Treffen Uhrzeit 20.00-21.30 Uhr
Treffpunkt: Turnhalle Haßlinghausen

Boule Team

10.00 - 11.30 Uhr
Ganzjährig
Sportplatz Haßlinghausen

Sport für Menschen mit geistiger Behinderung

16.00 - 18.00 Uhr
Kreissporthalle Haßlinghausen

Badminton

00 Uhr Jugend + Erwach.
Kreissporthalle Haßlinghausen

Lauftreff für Jedermann

19.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Kreissporthalle Haßlinghausen

Kinder - Turnen

Eltern & Kind-Turnen 15.30 - 16.30 Uhr
Kinder 1 bis 2 Jahre mit Eltern
Turnzwerge 3-5 Jahre o. Eltern 16.30 - 17.30 Uhr
Turnhalle Haßlinghausen

seit 27.02.2026

Kindertanz Dance Kids

Kinder 6 - 14 Jahre 18.30-20.00 Uhr
Kreissporthalle Haßlinghausen

Fit und Gesund

Kurs

19.30 - 20.30 Uhr PRÄV.
Gymnastikraum Hobeuken

Prellball

19.00 - 21.00 Uhr
Ballspiele für Frauen und Männer
Turnhalle Haßlinghausen

Aqua - Fit Wassergymnastik

Gruppe 1 19.15 - 20.00 Uhr
Gruppe 2 REHA 20.00 - 20.45 Uhr
Lehrschwimmbecken Haßlinghausen

Kurs

Bewegen statt Schonen

Kurs

19.45 - 21.00 Uhr PRÄV.
Turnhalle Haßlinghausen

Basketball Erwachsene

18.00 - 21.30 Uhr
Turnhalle Haßlinghausen

Hatha Yoga

19.15 - 20.30 Uhr
Präventionskurs
Gymnastikraum Hobeuken

Fun Sports For Kids

Kinder - ab 6 Jahre
18.30 - 20.00 Uhr
Kreissporthalle Haßlinghausen

Volleyball - Mixed

Fortgeschrittene 19.00 - 22.00 Uhr
Kreissporthalle Haßlinghausen

Leichtathletik

Schüler / Jugend - ab 6 Jahre: 16:30 - 18:00 Uhr
(Ostern bis Oktober: Leistungsgruppe auf dem Sportplatz)
Bei gutem Wetter Sportplatz Haßlingh. Mai-Sept.
Okt.-April Training in der Kreissporthalle Haßlinghs.

Lauftreff für Jedermann

19.00 - 20.00 Uhr
Treffpunkt: Kreissporthalle Haßlinghausen

Functional Training

17.00 - 18.15 Uhr Präventionsk
Turnhalle Haßlinghausen

Futsal – Hallenfußball

20.00 - 22.00 Uhr
Ballspiele
Kreissporthalle Haßlinghausen

Ganzheitliches Körpertraining

Kurs

18.15 – 19.30 Uhr
Präventionskurs
Gymnastikraum Hobeuken

Sonntag

Mountainbike

Termine: www.tvh-1862.de/mtb.html
Treffp.: Sporthalle Haßlinghsn., 10.00 Uhr

Informationen im Sportlerheim am Sportplatz Haßlinghausen

Landringhauser Weg 49
Montags 17.00 19.00 Uhr
www.tv-hasslinghausen.de

Kurstermine

entnehmen Sie bitte unserem
Terminkalender auf unserer home-
page www.tv-hasslinghausen.de