

Der Übungsplan - 2026



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Senioren sport Sitzgymnastik 15.45 - 16.45 Uhr Reha Seniorensport 17.00 - 18.15 Uhr Turnhalle Haßlinghausen	Walking + Nordic-Walking Treff Beginn 17.30 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 18.30 - 22.00 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 19.00 - 20.00 Uhr PRÄV. Gymnastikraum Hobeuken	Prellball 19.00 - 21.00 Uhr Ballspiele für Frauen und Männer 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
Bewegen statt Schonen 19.45 - 21.00 Uhr PRÄV. Turnhalle Haßlinghausen	Aqua - Fit Wassergymnastik Gruppe 1 19.15 - 20.00 Uhr Gruppe 2 REHA 20.00 - 20.45 Uhr Lehrschwimmbecken 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 Präventionskurs Turnhalle Haßlinghausen
	Volleyball - Mixed Fortgeschrittene 19.00 - 22.00 Uhr Kreissporthalle Haßlinghausen	Ganzheitliches Körpertraining 18.30 - 19.30 Uhr Präventionskurs Gymnastikraum Hobeuken		Futsal – Hallenfußball 20.00 - 22.00 Uhr Ballspiele Kreissporthalle Haßlinghausen
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 homepage www.tv-hasslinghausen.de		Sonntag Mountainbike Termine: www.tvh-1862.de/mtb.html Treffp.: Sporthalle Haßlinghsn., 10.00 Uhr	