

Übungstermine

Montag

10.00 - 11.00 Uhr Seniorengymnastik in der Breuberghalle in Neustadt Unter der Leitung von Rainer Gebauer (06165/2598) treffen sich Seniorinnen und Senioren um im Alter noch Sport zu treiben und durch gezielte Übungen fit zu bleiben. Also liebe Seniorinnen und Senioren, wenn Sie mitmachen möchten dann kommen Sie zu uns.

15.00 - 16.00 Uhr Kinderturnen in der Breuberghalle in Neustadt. Für Kinder im Alter von 2-4 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen Geleitet wird die Gruppe von Kirstin Köberle.
Bei Interesse ist eine Anmeldung erforderlich. (06165/389177)

20.00 - 21.00 Uhr Bodyfitness unter dem Qualitätssiegel „Sport-pro-Gesundheit“ Ganzkörpertraining für Jedermann/frau in der Turnhalle/Hainstadt ausser in den Sommerferien unter Leitung von Elvira Büchner (06165/2844) Von Anfang November bis Anfang März mit zusätzlichen Elementen der Skigymnastik „Fit durch den Winter“. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Dienstag

16.45 - 17.30 Uhr Training der Jazztanzgruppe „Tanzmäuse“ in der Breuberghalle in Neustadt. Unsere jüngste Gruppe (Alter von 4-6 Jahre) wurde 2010 gegründet und wird trainiert von Sabrina Hainz und Sabrina Scheidler.

17.30 - 18.30 Uhr Training der Jazztanzgruppe „Temptation“ Breuberghalle/Neustadt Unsere ehemaligen Tanzmäuse sind seit September 2010 nun unter dem Namen "Temptation" aktiv. Seit 2004 wird die Formation von Sabrina Hainz geleitet. Im Moment besteht die Gruppe aus 15 Mädels im Alter von 10-12 Jahren.

18.30 - 19.30 Uhr Training der Jazztanzgruppe „Skydancers“ in der Breuberghalle in Neustadt. Gegründet 1998 sind unser "Großen-Tänzerinnen" im Alter von 16-20 Jahren unter Leitung von Sabrina Hainz nicht mehr aus dem Verein wegzudenken! Tanzen ist Ihre Leidenschaft.

Mittwoch

17.30 - 18.30 Uhr Inliner-Training unter Leitung von Rainer Gebauer (06165/2598) am Parkplatz am Bauhof in Neustadt. Ob jung oder alt, jeder kann mitmachen. Angeboten werden folgende Kurse: Anfänger: Für alle, die die Technik des Inliner-Fahrens lernen möchten. Hierbei stehen das sichere Bewegen auf den acht Rollen und das Bremsen in Gefahrensituationen im Vordergrund. Ausdauertraining: Aufbau von Grundlagenausdauer und Kondition. In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt auf dem Fahren von größeren Strecken.

Aber auch die Fahrtechnik wird nicht zu kurz kommen. Bei Interesse werden auch größere Ausflüge auf Inlinern nach Absprache angeboten. Voraussetzung: Helm, Protektoren für Knie, Ellenbogen und Handgelenke. Die Inliner sollten über einen Stopper verfügen.

Donnerstag

17.30 - 18.30 Uhr Training der Jazztanzgruppe „Flying Steps“ in der Breuberghalle in Neustadt. 2002 unter dem Namen Smarties gegründet, zählen die Tänzerinnen im Alter von 12-14 Jahren schon zu unseren Größen.

19.00 - 20.00 Uhr Start und Ziel unserer Radsportgruppe ist der TSV Sportplatz in Neustadt. Die 1980 gegründete Sparte ist die größte Erwachsenen-gruppe innerhalb des WSV'. Um jedem Teilnehmer die Möglichkeit zu geben mit Gleichstarken zu radeln, werden 4 Gruppen angeboten unter Leitung von Bernd Heist (06165-2894), Dietmar Prokoph (06165-3384), Monika Bischoff, Karl-Heinz Orth, Ernst Schäfer.

Gäste sind herzlich willkommen.

Gruppe 1: Genussradler auf gut befestigten Wegen entlang des Mümlingtals und Seitentälern ohne größere Steigungen.

Gruppe 2: Touren auf befestigten Wegen und leichten Pfaden über alle Höhen und Täler rund um Breuberg mit moderaten Steigungen und ohne größere Anforderungen an die Fahrtechnik.

Gruppe 3: Mountainbike-Einsteiger auch auf unbefestigten Wegen und Single-Trails mit mittleren Steigungen/Abfahrten und höheren Ansprüchen an Fahrtechnik und Ausdauer.

Gruppe 4: Mountainbike-Fortgeschrittene auf allen fahrbaren Trails mit sehr guter Fahrradbeherrschung und guter Kondition.

Freitag

17.00 - 18.00 Uhr Training der Jazztanzgruppe „KLEXIS“ in der Breuberghalle in Neustadt. Gegründet 2005 werden unsere Mädels im Alter von 8-10 Jahren trainiert von Sabrina Scheidler und Carina Müller.

Samstag:

9.00 - 10.30 Uhr G.U.T Nordic Walking & HK-Prävention Kurs (G.U.T. - Gesund und trainiert) unter Leitung von Rainer Gebauer (06165/2598). Treffpunkt ist der Parkplatz Gustavsruh unterhalb der Burg Breuberg. Nordic Walking richtet sich alle Sportinteressierten, die sich gerne in der Natur bewegen möchten. Nordic Walking ist schnell und leicht erlernbar und eignet sich hervorragend als Training der Ausdauer, Kraft, Koordination und der Beweglichkeit. Gäste sind herzlich willkommen, um Anmeldung wird jedoch gebeten.

Weitere Termine:

Wandergruppe: Die monatliche Trainingswanderung geleitet von Ernst-Schäfer findet in der näheren Umgebung statt. Diese Termine werden kurzfristig im Breuberger-Stadtanzeiger und auf unserer Internetseite angekündigt.

Die Wettkampf- und Turniertermine für unsere Ski-Alpin-Rennmannschaft und unserer Jazztanzgruppen werden ebenfalls kurzfristig veröffentlicht.

Nur Dank dem großen Idealismus vieler Mitglieder, Übungsleiter und des Vorstandes kann ein Verein bestehen.

Ein besonderes Dankeschön an unsere ehrenamtlich Tätigen:

Monika Bischof, Lothar Bischof, Bernhard Bornhorst, Erika Bornhorst, Elvira & Rolf Büchner, Selina Eidenmüller, Dagmar Emmerich, Klaus Fankhänel, Jürgen, Dagmar, Kevin & Dennis Fornoff, Rainer & Agnes Gebauer, Heinz Görg, Sabrina Hainz, Bernd Heist, Carlo Hofferbert, Heinz Kaiser, Kirstin Köberle, Gregor Lang, Hanni, Gerd und Steffen Lautenschläger, Wigbert Mössler, Carina Müller, Karl-Heinz Orth, Dietmar Prokoph, Lothar Reeg, Gudrun & Ernst Schäfer, Sabrina & Gudrun Scheidler, Walter Schmitz, Hannelore Schneider, Andrea Schweißgut, Günter & Tobias Verst, Gerd Wichorak

