

# Belegungsplan Turnhalle Ostwig - Stand: November 2024

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag			
08.30 - 09.00	<b>Yoga</b> Riina Koskinen-Humpert									
09.00 - 09.15			<b>Rückensport</b> Kooperation FZ Bestwig							
09.15 - 09.30	nur nach Anmeldung	frei		frei	frei	frei	frei			
09.30 - 09.45	frei		nach Anmeldung							
09.45 - 10.00										
10.00 - 10.15	frei	<b>Eltern-Kind-Turnen</b> Kooperation FZ Bestwig	frei	frei	frei	frei	frei			
10.15 - 10.30		Fatima Dikyol								
10.30 - 10.45		<b>Kinder 6 bis 18 Monate</b>								
10.45 - 11.00										
11.00 - 11.15	frei	frei	frei	frei	frei	frei	<b>FC Ostwig / Nuttlar</b>			
11.15 - 11.30										
11.30 - 11.45										
11.45 - 12.00										
12.00 - 12.30	Zeitfenster Reinigung	Zeitfenster Reinigung	Zeitfenster Reinigung	Zeitfenster Reinigung	Zeitfenster Reinigung	FC Ostwig / Nuttlar	Damen			
12.30 - 13.00										
13.00 - 13.30										
13.30 - 14.00										
14.00 - 14.30						FC Ostwig / Nuttlar	1. Senioren			
14.30 - 15.00	Vorbereitung							2. Senioren		
15.00 - 15.15	<b>KraftOrt - Kids</b> Psychomotorikgruppe verantwortlich: Birgit Kraft Leitung: Julia Löttsch-Trotter	<b>TV / FC / JSG</b> optionale	<b>Tennis</b> Manfred Weber	<b>Ki-Ta-Tü-Ta-Ta</b> Kooperation FZ Bestwig	<b>Tennis</b> Manfred Weber	Umkleidennutzung	C-Jugend A-Jugend (bis ca. 18.30 Uhr)			
15.15 - 15.30		Ergänzungsstunde (nach Anmeldung)	<b>Kinder</b> nur nach Anmeldung	(alle 2 Wochen)	<b>Kinder</b> nur nach Anmeldung			Kinder		
15.30 - 15.45		Di-Windelflitzer	<b>Kindergartenkinder</b>	<b>Do-Windelflitzer</b>	TV / FC / JSG			Ergänzungsstunde (nach Anmeldung)		
15.45 - 16.00		<b>Eltern-Kind-Turnen</b> Hannah Vollmer	<b>Eltern-Kind-Turnen</b> Manfred Weber	<b>Eltern-Kind-Turnen</b> Fatima Dikyol	FC Ostwig / Nuttlar			Jugendspielgemeinschaft		
16.00 - 16.15	nur nach Anmeldung	<b>1,5 - 3,5 Jahre</b>	nur nach Anmeldung	<b>ca. 1,5 - 3,5 Jahre</b>	<b>Bambinis</b>	FC Ostwig / Nuttlar Damen	(bis ca. 18.30 Uhr)			
16.15 - 16.30	<b>Mo-Rappelkiste</b> Elena Beule	<b>Turnkids</b> Anna Lena Sambale	<b>FC Ostwig / Nuttlar</b> Jugendspielgemeinschaft	<b>Teenturnen</b> Claudia Bannenbergl/ Neele Ramspott	Caro Villmer					
16.30 - 16.45	nur nach Anmeldung	<b>letztes Kita-Jahr und 1. Schuljahr</b>	<b>E-Jugend</b> Christian Wachsmann	<b>2. bis 4. Schuljahr</b>	Duschen					
16.45 - 17.00	<b>ab 3,5 Jahre - 4,5 / 5 Jahre</b>	<b>ASK-Sport</b> Bewegung & Fitness Julia Borggrebe	<b>Zumba</b> Stefanie Cramer	<b>Zumba</b> Jeanette Schröder Ricarda Calvi nach Anmeldung	Step Aerobic Stefanie Cramer Michaela Kiersznowski					
17.00 - 17.15	FC Ostwig / Nuttlar Jugendspielgemeinschaft	<b>Damen</b>	<b>Zumba</b> Michaela Kiersznowski nach Anmeldung	<b>Volleyball</b> "Mixed"	<b>Damen</b> nach Anmeldung	Vor- und ggf. nachmittags: Nutzung der sanitären Anlagen durch Flüchtlinge	mittags (Mo - Fr): 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr Reinigung Fa. Menke			
17.15 - 17.30								<b>Frauen-Fitness</b> Karin Borggrebe	<b>Turnen</b> Melanie Liese	<b>Damen &amp; Herren</b>
17.30 - 17.45								<b>Damen</b>	<b>Turnen</b> Melanie Liese	<b>Herrenturnen</b> Männer
17.45 - 18.00								<b>Damen</b>	<b>Damenturnen</b> Frauen	<b>Damen &amp; Herren</b>
18.00 - 18.15	A-Jugend Tobias Herlitschka	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>					
18.15 - 18.30	<b>Freizeitsport</b> Dietmar Fischer	<b>Frauen-Fitness</b> Karin Borggrebe Stefanie Cramer Christiane Schrewe	<b>Turnen</b> Melanie Liese	<b>Volleyball</b> "Mixed"	<b>Damen &amp; Herren</b>	Vor- und ggf. nachmittags: Nutzung der sanitären Anlagen durch Flüchtlinge	mittags (Mo - Fr): 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr Reinigung Fa. Menke			
18.30 - 18.45								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
18.45 - 19.00								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
19.00 - 19.15								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
19.15 - 19.30	<b>"DIFi-Riege"</b>	<b>Frauen-Fitness</b> Karin Borggrebe Stefanie Cramer Christiane Schrewe	<b>Turnen</b> Melanie Liese	<b>Volleyball</b> "Mixed"	<b>Damen &amp; Herren</b>	Vor- und ggf. nachmittags: Nutzung der sanitären Anlagen durch Flüchtlinge	mittags (Mo - Fr): 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr Reinigung Fa. Menke			
19.30 - 19.45								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
19.45 - 20.00								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
20.00 - 20.15								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
20.15 - 20.30	<b>Damen &amp; Herren</b>	<b>Frauen-Fitness</b> Karin Borggrebe Stefanie Cramer Christiane Schrewe	<b>Turnen</b> Melanie Liese	<b>Volleyball</b> "Mixed"	<b>Damen &amp; Herren</b>	Vor- und ggf. nachmittags: Nutzung der sanitären Anlagen durch Flüchtlinge	mittags (Mo - Fr): 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr Reinigung Fa. Menke			
20.30 - 20.45								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
20.45 - 21.00								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
21.00 - 21.15								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
21.15 - 21.30	<b>TV / FC / JSG</b> optionale	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>					
21.30 - 21.45	Ergänzungsstunde	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	Vor- und ggf. nachmittags: Nutzung der sanitären Anlagen durch Flüchtlinge	mittags (Mo - Fr): 12.30 Uhr bis 14.00 Uhr Reinigung Fa. Menke			
21.45 - 22.00								<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>
22.00 - 22.15	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>	<b>Duschen</b>					

Änderungen in der Hallenbelegung oder zusätzliche Nutzungen können nur nach vorheriger Absprache mit Hannah Vollmer vorgenommen werden (Tel.: 0160 / 2384656).

Bei Parallelennutzungen in der Turnhalle und auf dem Sportplatz (Umkleidennutzung) ist die Nutzung der Umkleiden und Duschen unter den Übungsleitern und Trainern abzustimmen. Das gilt insbesondere für die Fußballer und für alle Fußballspiele! Grundsätzlich liegt das Recht auf die Umkleidennutzung beim Nutzer der Turnhalle.