



Turnverein Vohenstrauß

www.tv-vohenstrauss.de

Geschäftsstelle:

Waidhauser Str. 9

92648 Vohenstrauß

Telefon: 0 96 51 / 9 12 22

tv-vohenstrauss@t-online.de

Öffnungszeiten:

Montag: 10:30 – 12:00 Uhr

Dienstag: 8:30 – 11:00 Uhr und 16:00 – 17:30 Uhr

Mittwoch: 10:30 – 12:00 Uhr; Donnerstag: 8:30 – 11:00 Uhr

Freitag: 16:30 – 18:30 Uhr

Badminton - Bogenschießen - Chor - Judo - Karate - Laufsport - Lauf 10! - Leichtathletik - Nordic Walking - Ski
Rollski - Schwimmen - Seniorensport - Sportabzeichen - Tennis - Tischtennis - Turnen - Triathlon - Volleyball

Kinder

TV Kinderolympiade

Ein bunter und abwechslungsreich aufgebauter Spielparcour bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, an verschiedenen Stationen ihr Geschick zu beweisen. Die Freude an der Bewegung steht hierbei im Vordergrund. Eine Siegerehrung der kleinen Olympioniken rundet den Nachmittag ab. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt. Für alle Kindergartenkinder, sowie Kinder mit Eltern (Eltern-Kind-Gruppe) aus Vohenstrauß und Umgebung.

Freitag, 20. April 2018 um 15:00 Uhr
in der Dreifachturnhalle

Leitung: Magdalena Simon, FSJlerin und Übungsleiterin
unter Mithilfe der Turnabteilungen

Bitte Turnschuhe mitbringen.

Selbstverteidigungs-/

Selbstbehauptungskurs für Kinder

In 2x2 Stunden lernen Kinder im Alter von 5-8 Jahren sich selbst und ihre Fähigkeiten kennen. Sie werden dazu angeleitet, sich selbst zu behaupten und in kritischen Situationen zu reagieren.

Montag, 28. Mai und Dienstag, 29. Mai 2018
jeweils 15:00 bis 17:00 Uhr
in der Eglseeturnhalle

Leitung: 2 Vertreter der Abteilungen Judo und Karate

Kursgebühr: TV-Mitglieder 15,00 €, Nichtmitglieder 20,00 €

Kleidung: bequeme Sportkleidung

Begrenzte Teilnehmerzahl, Anmeldung erforderlich!!

Tennis - Schnuppertag

Tennisinteressierte aller Altersklassen können an diesem Tag ganz unverbindlich das Spiel mit dem gelben Filzball ausprobieren. Schläger und Bälle werden gestellt.

Dienstag, 1. Mai 2018 von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Christine Rupprecht 09651/2864
Tobias Striegel 0175/3130276

Anmeldung und Fragen unter oben genannten
Telefonnummern.

Kinderleichtathletik - Sportfest

Kinder der Altersgruppe 6-12 Jahre treten in Teams gegeneinander an. Aus den Disziplinen Lauf, Sprung und Wurf werden viele Wettkämpfe, wie z.B. Zielweitwurf, Einbeinhüpfer-Staffel, Medizinballstoßen oder 40m Hindernis-Sprintstaffel stattfinden.

Freitag, 8. Juni 2018 ab 17:00 Uhr
im Sportzentrum Vohenstrauß

Leitung: Abteilung Leichtathletik

Sportkleidung bitte mitbringen.

Wenn Sie den „TV Aktuell“ Newsletter in Zukunft auch per Mail erhalten wollen, teilen Sie uns Ihre E-Mail Adresse mit.

Sportabzeichen – Tag 2018

Das deutsche Sportabzeichen kann an diesem Tag für alle Altersgruppen komplett abgelegt werden, soweit die geforderten Leistungen erfüllt werden. Die entsprechenden Stationen sind mit erfahrenen Übungsleitern besetzt, welche die Leistungen aus den Kategorien Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft und Koordination abnehmen. Auch die Schwimmhalle ist dazu geöffnet. Die teilnehmerstärksten Familien werden mit Preisen belohnt.

Mittwoch, 4. Juli 2018, 16:30 – 18:30 Uhr
im Sportzentrum Vohenstrauß

Weitere Informationen folgen in der Presse und auf unserer Homepage. Eine Voranmeldung bei den Übungsleitern oder in der TV-Geschäftsstelle ist erwünscht.

Jeden Mittwoch ab 18.30 Uhr besteht zusätzlich die Möglichkeit das Sportabzeichen abzulegen.

Nordic-Walking Anfängerkurs

Möchten Sie körperlich aktiv sein? Dann sind Sie beim Nordic Walking genau richtig! Bei kaum einer anderen Sportart werden Vitalität, Entspannung in der Bewegung, Naturerlebnis und Fitness so ideal kombiniert. In Kleingruppen (mind. 5 Teilnehmer) wird die Grundtechnik in ca. 1,5 Stunden vermittelt. Leihstöcke sind vorhanden.

Leitung: Emmi und Wolfgang Weber 09654/91204
(Nordic Walking Trainer)

Kursgebühr: TV-Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 10,00 €

Terminvereinbarung unter oben genannter Telefonnummer.

Gesundheit/Fitness

TV Senioren Damen Fit 60+

Ein Kurs für Frauen, die sich fit und beweglich halten wollen. Funktionsgymnastische Übungen sollen die Muskulatur stärken und die Beweglichkeit verbessern. Auch Kleingeräte werden eingesetzt. In einer netten Runde macht Bewegung Spaß!
Unser Motto: gesellig, gesund, aktiv!

Übungsstunde donnerstags, 15:30 – 16:30 Uhr
in der Gymnastikhalle

Leitung: Emmi Weber (Übungsleiterin mit Zusatzausbildung für gesundheitsbewusste Senioren Gymnastik)

Kostenlose Schnupperstunden vom 09.04.2018 – 26.04.2018.

Weitere Informationen unter der Telefonnummer 09654/91204

TV – tanzt!**„Tanz durch die Welt der Musicals“**

Der Turnverein Vohenstrauß lädt zu einem Tanzfeuerwerk ein. Das Tanz-Team hat ein anspruchsvolles Programm zusammengestellt, das niemanden ruhig auf den Plätzen sitzen lässt. Bauchtanz, HipHop, Jazz-Dance, Kindertanz, Linedance, Twist und Rock´n Roll wechseln sich mit den Tanzgruppen des TV´s auf der Bühne ab.

Als Gastgruppen treten die Moosbacher Power Liner, die Tanzgruppe der Musikschule Eslarn und die Chöre amicanti und CantiKids aus Waldthurn auf.

Für Erfrischung, Kaffee und Kuchen ist Bestens gesorgt.

Samstag, 9. Juni 2018, um 16:00 Uhr
in der Turnhalle Waldthurn

Leitung: Tanz-Team TV Vohenstrauß

Eintritt: Kinder frei, Erwachsene 3,00 €

Familien – Wanderung

Alle Familien sind herzlich willkommen!!
Der Weg ist kinderwagenfreundlich und eine Verpflegungsstation wird angeboten. Spiel und Spaß ist auf der Wanderroute garantiert!

Sonntag, 29. April 2018, Treffpunkt um 14:00 Uhr
am Wanderparkplatz Hütbrunnenweg.
Wir wandern zur „Platte“.

Anmeldung bis 23. April 2018 in der TV-Geschäftsstelle oder bei den Übungsleitern.

Fit für den Sommer

Im Anschluss an „Fit für den Winter“ geht es weiter mit „Fit für den Sommer“. Ein Mix aus Ausdauer- und Kräftigungsübungen für den ganzen Körper, mit oder ohne Kleingeräte. Dehn- und Entspannungsübungen bilden den Abschluss der Stunde.

Montag, 9. April 2018, 19:15 bis 20:15 Uhr
in der Gymnastikhalle – bis Ende Juni

Leitung: Sabine Striegl (Übungsleiterin B-Prävention)

Die Teilnahme für Nichtmitglieder auf Kurskarte ist möglich.

Jahreshauptversammlung

Die Vorstandschaft des TV Vohenstrauß lädt alle seine Mitglieder zur Jahreshauptversammlung ein.

Einige Tagesordnungspunkte, die vorgesehen sind:

- Bericht des Vorstandes
- Ehrung verdienter Sportler
- Ehrung langjähriger Mitglieder
- Verleihung des Siegels „GYM-WELT“- Verein

Sonntag, 10. Juni 2018 um 18:00 Uhr
in der Stadthalle Vohenstrauß

TV - Chor**Auch wir treiben Sport – wir trainieren unsere Stimmbänder.**

Wir, die singende Abteilung des TV, wollen dem Chor einen frischen Touch verleihen – dafür suchen wir viele neue interessierte Sängerinnen und Sänger! Und keine Angst, ihr müsst nicht etwa Vorsingen oder über große Notenkenntnisse verfügen, nein, das Liedgut wird bei uns gemeinsam einstudiert bis zur Aufführungsreife. Schaut unverbindlich bei einer wöchentlichen Probe vorbei. Wir freuen uns über jede singfreudige Unterstützung.

jeden Dienstag, 19:30 Uhr

im Gasthof „Zur Post“, Vohenstrauß und
im Gasthof „Alte Post“ in Waidhaus im wöchentlichen Wechsel

Leitung: Alexander Völkl (Dirigent) und Holger Scheufler (Stellvertreter)

**ERSTE-HILFE-KURS DER ÜBUNGSLEITER**

Ende letzten Jahres fand im Rotkreuzhaus in Vohenstrauß ein durch den Turnverein organisierter Erste Hilfe Kurs statt. Unter der Leitung von Dominik Hanauer ließen sich 11 Übungsleiter des TV die wichtigsten erste Hilfe Maßnahmen erklären. Es wurde fleißig geübt, wie z.B. das Verbandanlegen. Ein rundum gelungener und informativer Tag, der in regelmäßigen Abständen wieder stattfinden wird, damit alle Übungsleiter für den Ernstfall gut ausgebildet sind.