MTV-ÜBUNGSPLAN

Unser Sportangebot auf einen Blick

Stand 09/2023

BEITRAGSÜBERSICHT

MITGLIEDER

	Beitrag (monatlich)
Aufnahmegebühr	2 Monatsbeiträge
bis 17 Jahre	10,00 €
Erwachsene	13,50 €
Passiv	5,00 €
Herzsport	15,50 €
Familie	27,00 €

FITNESSSTUDIO (plus Mitgliedsbeitrag)

Jugendliche (ab 14 J.)	16,00 €
Erwachsene	23,50 €
Frühbesucher	21,00 € (vormittags & früher Nachmittag)
Partnerbeitrag	42,00 €

ZEHNERKARTE Fitnessstudio & Sauna

	Mitglieder	Nichtmitglieder
Jugendliche (ab 14 J.)	44,00 €	72,00 €
Erwachsene	65,00 €	102,00 €
nur Sauna	48,00 €	76,00 €

EINZELKARTE Fitnessstudio & Sauna

	Mitglieder	Nichtmitglieder
Jugendliche (ab 14 J.)	5,00 €	8,00 €
Erwachsene	7,00 €	11,50 €
nur Sauna	5,50 €	8,50 €

TENNIS-UMLAGE für Mitglieder

	pro Tennissaison
Jugendliche (bis 18 J.)	35,00 €
Studenten & Azubis	45,00 €
Erwachsene	60,00 €

Stand 01.07.2023

MTV FITNESSSTUDIO

Für den Betrieb stehen verschiedene Cardio- und Kräftigungsgeräte zur Verfügung. Unsere qualifizierten Übungsleiter*innen und speziell ausgebildeten Trainer*innen erklären dir die einzelnen Geräte und achten auf die gesunde und korrekte Nutzung. Sie erstellen dir auf Wunsch einen individuellen Trainingsplan, ganz an deinen Bedürfnissen orientiert und beantworten all deine Fragen rund um gesundes Fitness-Training.

Zum Fitnessstudio gehört auch eine Sauna mit Ruhebereich.

MTV KINDERWELT

Kinder haben in der Kinderwelt die Gelegenheit, sich motorisch auszuprobieren und zu verbessern. Eine gesicherte Bewegungslandschaft bietet eine Vielzahl von Möglichkeiten, Erfahrungen zu sammeln. Dabei werden sie von ausgebildeten Übungsleiter*innen betreut.

Offene Betreuung an Wochenenden
Von Anfang Oktober bis Ende März ist die Kinderwelt samstags und sonntags geöffnet. Dann können Kinder von 3 bis 8 Jahren unter fachkundiger Beaufsichtigung in der Kinderwelt spielen. Dieses Angebot gilt für Mitglieder und Nichtmitglieder.

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.

AIKIDO & SELBSTVERTEIDIGUNG

Infos: aikido@mombacher-turnverein.de

Jugendliche u. Erwachsene	Roland Winter	Mi.	18:00	20:00	MTV Foyer	1001
Jugendliche u. Erwachsene	Roland Winter	Di.	20:00	21:30	MTV Foyer	1002
Jugendliche u. Erwachsene	Roland Winter	Do.	20:00	21:30	MTV Foyer	1003

*Jugendliche (ab 16 Jahre)

BADMINTON

Infos: badminton@mombacher-turnverein.de

Hobbyspieler	Klaus Delnef	Mo.	17:30	20:00	Lemmchenschule	1021
Anfänger & Jugend (ab 12 Jahre)	Jessica Emsermann	Do.	17:30	19:00	Lemmchenschule	1022
Hobbyspieler	Klaus Delnef	Do.	19:00	22:00	Lemmchenschule	1023
Hobbyspieler	Klaus Delnef	Fr.	19:00	22:00	Lemmchenschule	1024

FREIZEIT-FUSSBALL

Infos: fussball@mombacher-turnverein.de

Freizeitsport / Fussball	Jens Umhauer	Di.	20:30	22:00	ETH große Halle	1041

GESUNDHEIT UND FITNESS

Infos: fitundgesund@mombacher-turnverein.de

Starker Rücken	Yuli Widjaja	Mo.	18:30	19:30	online	1051
Energietanken für den Alltag	Heike Wendler-Goethe	Di.	09:45	10:30	MTV Foyer	1052
Stretching	Renate Schneider	Mi.	17:00	18:00	MTV Gymnastikhalle	1053
Fit & Vital in die Woche	Katrin Hannappel	Mo.	17:00	18:00	MTV Gymnastikhalle	1054
Body-Fit	Katrin Hannappel	Do.	19:00	20:00	MTV große Halle	1055
Fun Fitness (ab 06.11.2023)	Andrea Roth	Mo.	18:00	19:00	Foyer	1056
Skigymnastik (ab 02.10.2023)	ÜL-Team	Mi.	19:00	20:00	große Halle	1057
Gymnastik + Pliates Frauen	Andrea Roth	Mi.	10:00	11:00	MTV große Halle	1058
Gymnastik 60 plus	Renate Schneider	Di.	09:00	10:00	MTV große Halle	1059
Gymnastik 60 plus für Einsteiger	Renate Schneider	Di.	15:00	16:00	MTV große Halle	1060
Stuhlgymnastik für Ältere	Kerstin Lamby	Di.	10:00	11:00	ETH große Halle	1061
Gymnastik für Männer	Kerstin Lamby	Mi.	18:00	20:00	ETH große Halle	1062
Haltungs- und Bewegungstraining	Yuli Widjaja	Do.	18:00	19:00	MTV Gymnastikhalle	1063
Haltungs- und Bewegungstraining	Yuli Widjaja	Do.	19:00	20:00	MTV Gymnastikhalle	1064
WS-Gymnastik	Kerstin Lamby	Di.	09:00	10:00	ETH große Halle	1065
WS-Gymnastik + Pilates	Bettina Grabs	Di.	18:00	19:00	MTV Foyer	1066
WS-Gymnastik + Pilates	Bettina Grabs	Di.	19:00	20:00	MTV Foyer	1067
WS-Gymnastik	Gina Schick	Do.	11:00	12:00	MTV große Halle	1068
WS-Gymnastik	Yuli Widjaja	Fr.	09:00	10:00	MTV große Halle	1069
Osteoporosegymnastik	Renate Schneider	Di.	10:00	11:00	MTV große Halle	1070
Qi Gong	Wolfgang Frömelt	Mo.	10:00	11:00	MTV Spiegelsaal	1071
Capoeira Angola für Erwachsene	Marcus Laier	Mo.	19:15	21:15	MTV Spiegelsaal	1072
Capoeira Angola für Erwachsene (nach Rücksprache)	Marcus Laier	Fr.	19:30	21:30	MTV Spiegelsaal	1073

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.
Taiji	Wolfgang Frömelt	Mi.	19:00	20:30	MTV Spiegelsaal	1074
Walking	Hans Forstner	Do.	09:30	11:00	14-Nothelfer-Kapelle	1075
Nordic-Walking Anfänger (Sommer) und Fortgeschrittene	Karl Henn Klaus Braun	Do.	18:00	19:30	14-Nothelfer-Kapelle	1076
Nordic-Walking Anfänger (Winter) und Fortgeschrittene	Karl Henn Klaus Braun	Sa.	14:30	16:00	14-Nothelfer-Kapelle	1076

HANDBALL

Infos: handball@mombacher-turnverein.de

Erwachsene	Frank Wollmann	Fr.	20:30	22:00	ETH große Halle	1101

HERZSPORT

Infos: reha@mombacher-turnverein.de - nur nach Terminvereinbarung!

Herzsport	Heike Wendler-Goethe	Mo.	18:00	19:30	MTV große Halle	1121
Herzsport	Heike Wendler-Goethe	Do.	08:00	09:30	MTV große Halle	1122
Herzsport	Gina Schick	Do.	09:30	11:00	MTV große Halle	1123

KINDERWELT

Infos: kinderwelt@mombacher-turnverein.de - alle Stunden haben einen flexiblen Beginn

Babys in Bewegung (0 - 12 Monate)	Donata Gresch	Mo.	09:30	11:00	MTV Kinderwelt	1161
Krabbelstunde (bis 24 Monate)	Sandra Baumann	Mo.	15:00	17:00	MTV Kinderwelt	1162
Krabbelstunde (13 - 24 Monate)	Donata Gresch	Di.	09:30	11:00	MTV Kinderwelt	1163
Eltern und Kind (1-3 Jahre)	Steffi Mir, Kathleen Düsing-Rupprecht	Mi.	15:30	17:00	MTV Kinderwelt	1164
Eltern und Kind (3-5 Jahre)	Britta Schöffel	Mi.	17:00	18:30	MTV Kinderwelt	1165
Eltern und Kind (bis 4 Jahre)	Heike Seyfang	Do.	09:30	12:00	MTV Kinderwelt	1166
Eltern und Kind (bis 4 Jahre)	Steffi Mir, Kathleen Düsing-Rupprecht	Do.	15:30	17:00	MTV Kinderwelt	1167
Kinderwelt-Inklusiv für 0-4 Jährige mit und ohne Beeinträchtigung, Eltern-Kind-Trunen (ab 19.09.2023)	Lisa Erb	Di.	15:00	17:00	MTV Kinderwelt	1168

WOCHENENDBETREUUNG (Oktober - März)

für die Wochenend-Betreuung entsteht eine Gebühr für Mitglieder 2 € bzw. Nichtmitglieder 5 €

Kinderbetreuung (bis 8 Jahre)	wechselnde ÜL	Sa.	15:00	17:00	MTV Kinderwelt
		So.	15:00	17:00	MTV Kinderwelt

Kinder unter 3 Jahre nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.

LAUFTRAINING (Sommer & Winter)

Infos: laufen@mombacher-turnverein.de

Lauftraining Anfänger & Fortgeschrittene	Heike Wendler-Goethe, Katharina Giordano	Mi.	18:15	19:15	immer wechselnd	1201

LEICHTATHLETIK - Sommer

Infos: leichtathletik@mombacher-turnverein.de

Kinder (4 bis 5 Jahre)	Renate Novak, Yuli Widjaja	Di.	16:00	17:00	Bezirkssportanlage	1221
Kinder (6 bis 7 Jahre)		Di.	17:00	18:00	Bezirkssportanlage	1222
Kinder (8 bis 9 Jahre)		Di.	18:00	19:00	Bezirkssportanlage	1223
Kinder (10 bis 13 Jahre)		Di.	19:00	20:00	Bezirkssportanlage	1224
Jugendliche (ab 14 Jahre) & Erwachsene		Di.	19:30	21:00	Bezirkssportanlage	1225

LEICHTATHLETIK - Winter

Kinder (4 bis 5 Jahre)	Renate Novak, Yuli Widjaja	Di.	16:00	16:45	MTV Gymnastikhalle	1221
Kinder (6 bis 7 Jahre)		Di.	17:00	18:00	MTV Gymnastikhalle	1222
Kinder (8 bis 9 Jahre)		Di.	18:00	19:00	MTV Gymnastikhalle	1223
Kinder (10 bis 13 Jahre)		Di.	19:00	20:00	MTV Gymnastikhalle	1224
Jugendliche (ab 14 Jahre) & Erwachsene		Di.	20:00	21:30	MTV große Halle	1225

REHASPORT in Orthopädie und Brustkrebs- und Krebsnachsorge

Infos: reha@mombacher-turnverein.de - nur nach Terminvereinbarung!

Orthopädie	Heike Wendler-Goethe	Di.	08:45	09:45	MTV Gymnastikhalle	1241
Orthopädie	Gina Schick	Do.	08:30	09:15	MTV Gymnastikhalle	1242
(Brust-) Krebsnachsorge	Gina Schick	Mi.	18:00	19:00	MTV Gymnastikhalle	1243
(Brust-) Krebsnachsorge	Gina Schick	Mi.	19:00	20:00	MTV Gymnastikhalle	1244

- Bitte nur nach Rücksprache -

RHÖNRADTURNEN

Infos: rhoenrad@mombacher-turnverein.de

Rhönrad (Kinder & Jugendliche)	Sarah Drescher, Luna König, Katrin Schwaben, Hanna Mies, Sabine Mies	Di.	16:30	18:30	ETH große Halle	1261
Rhönrad Erwachsene		Di.	18:30	20:30	ETH große Halle	1262
Rhönrad (Kinder & Jugendliche)		Do.	16:30	18:30	ETH große Halle	1263
Rhönrad (Kinder & Jugendliche, Erwachsene)		Do.	18:00	20:00	ETH große Halle	1264
Rhönrad Leistungsgruppe (Kinder & Jugendliche)		Fr.	14:30	17:00	ETH große Halle	1265

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.

ROPE SKIPPING

Infos: ropeskipping@mombacher-turnverein.de

Mo´Jumps Minis (ab 6 Jahre)	Melanie Griesel	Fr.	16:00	17:00	MTV Gymnastikhalle	1281
Mo´Jumps Kids (ab 10 Jahre)	Sarah Pedersen,	Fr.	17:00	18:00	MTV Gymnastikhalle	1282
Mo´Jumps (ab 16 Jahre)	Elena Cirillo	Mo.	19:30	21:00	MTV Gymnastikhalle	1283

TANZ FÜR KINDER

Infos: tanz@mombacher-turnverein.de

SCHNUPPERTRAINING: nach Anfrage möglich!

Windelhopser - Eltern-Kind-Tanz(2-3 Jahre)	Amanda Ludwig	Mi.	16:00	16:45	MTV Spiegelsaal	1301
Die Wusels (3-4 Jahre)	Johanna Grund	Mi.	16:00	16:45	MTV Gymnastikhalle	1302
Trollitrops (4-7 Jahre)	Gül Deniz Gökdemir	Mo.	16:30	17:30	MTV Foyer	1303
Street Jazz (10 - 13 Jahre)	UlviyeNaz Özcelik	Di.	16:45	17:45	MTV Foyer	1304
Tanzzwerge (4-5 Jahre)	Andrea Roth	Mi.	16:00	16:55	MTV Foyer	1305
Lollipops (6-7 Jahre)	Andrea Roth	Mi.	17:00	17:55	MTV Foyer	1306
Got2Dance (8-10 Jahre)	Andrea Roth	Do.	16:00	17:15	MTV Foyer	1307
„Got2Move“ Tanz + Fitness (ab 14 Jahre)	Andrea Roth	Do.	17:15	18:45	MTV Foyer	1308

TANZ & AEROBIC FÜR ERWACHSENE

Infos: tanz@mombacher-turnverein.de

SCHNUPPERTRAINING: nach Anfrage möglich!

Tanzwerkstatt	Andrea Roth -	Do.	18:55	19:55	MTV Foyer	1351
Stepp Aerobic	Angelina Huth	Di.	19:15	20:15	ETH Gymnastikraum	1352
FCBD®Style angelehnter Orientalsicher Tanz (Mittelstufe)	Dorothee Nadjana Weiler	Mi.	18:30	20:00	ETH Gymnastikraum	1353
Belly Dance Fusion (Mittelstufe/ Fortgeschrittene)	Sabrina Winter	Do.	20:00	21:30	ETH Gymnastikraum	1354
ab 2024 wieder im Programm orientalischer Tanz (Mittelstufe/ Fortgeschrittene)	Jennifer Cömert	Di.	20:00	21:30	ETH Gymnastikraum	1355

TENNIS

1390

Infos: tennis@mombacher-turnverein.de

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.

TISCHTENNIS

Infos: tischtennis@mombacher-turnverein.de

Anfänger / Kinder ab 6 J.	Walter Rupprecht, Michael Krebs	Mo.	17:00	18:15	ETH große Halle	1401
Anfänger / Kinder ab 6 J.	Marcel Reis,Tarek Mir, Maximilian Stillger, Lukas Rupprecht	Fr.	17:00	18:15	ETH große Halle	1402
Leistungsgruppe	Walter Rupprecht, Michael Krebs	Mo.	18:00	19:30	ETH große Halle	1403
Leistungsgruppe	Marcel Reis,Tarek Mir, Maximilian Stillger, Lukas Rupprecht	Fr.	18:00	19:30	ETH große Halle	1404
Erwachsene	Michael Krebs	Mo.	19:30	22:00	ETH große Halle	1405
Erwachsene	Michael Krebs	Fr.	19:30	22:00	ETH große Halle	1406

TRAMPOLINTURNEN

Infos: trampolin@mombacher-turnverein.de

SCHNUPPERTRAINING: jeden ERSTEN Mittwoch im Monat von 16:30 - 18:00 Uhr.

Trampolin Breitensport (ab 6 Jahre)		Mi.	16:30	18:00	ETH große Halle	1421
Trampolin Wettkampf (ab 6 Jahre)		Mi.	18:00	19:30	ETH große Halle	1422

TURNEN

Infos: turnen@mombacher-turnverein.de

Abenteuer Sporthalle (2-3 Jahre)	Rebecca Pedersen	Mo.	15:00	16:00	MTV große Halle	1441
Mädchenturnen (3-5 Jahre)	Nicole Mioskowski	Mi.	16:00	17:00	MTV große Halle	1442
Jungenturnen (3-5 Jahre)	Heike Seyfang, Nicole Mioskowski	Do.	15:45	16:45	MTV große Halle	1443
Parkour (ab 10 Jahre)	Tom Bechtloff	Fr.	16:00	17:30	Lemmchenschule Turnhalle oder Outdoor Bitte anfragen!	1444

Infos: parkour@mombacher-turnverein.de

GERÄTTURNEN

Infos: turnen@mombacher-turnverein.de

Gerätturnen Mädchen allgemein (5-7 Jahre)	Katie Göttlinger, Nicole Mioskowski	Mo.	16:30	18:00	MTV große Halle	1461
		1. Montag im Monat Schnuppertag für neue Kinder				
Gerätturnen Mädchen allgemein (ab 7 Jahre)	Christine Bechtloff, Claudia Becher, Yvonne Blüm	Do.	17:00	18:30	MTV große Halle	1462
Gerätturnen Mädchen P-Stufe (ab 8 Jahre)	Manuela Preis Sandra Baumann	Mi.	17:00	18:30	MTV große Halle	1463

Sportangebot	Übungsleiter*in	Tag	von	bis	Sportstätte	Ü-Nr.
Gerätturnen P-Stufe (ab 14 Jahre, weibl. Jugend & Erwachsene)	Manuela Preis Sandra Baumann	Mi.	18:45	21:00	MTV große Halle & MTV Kinderwelt	1464
Gerätturnen Fortgeschrittene (ab 12 Jahre) nur nach Rücksprache	Nadine Heckmann	Di.	18:45	20:00	MTV große Halle	1465
Gerätturnen P + Kür (ab 12 Jahre)	Katja Herb	Di.	18:15	19:30	MTV große Halle	1466
Gerätturnen Mädchen Leistungsgruppe (ab 6 Jahre) - nur nach Rücksprache -	Nadine Heckmann, Amelie Schäfer, Annalena Weimer Angelina Huth	Di.	16:30	19:00	MTV große Halle	1467
Gerätturnen Mädchen, Fortgeschrittene (ab 12 Jahre)	Nadine Heckmann, Amelie Schäfer, Angelina Huth	Fr.	18:15	20:00	MTV große Halle	1468
Gerätturnen Mädchen Leistungsgruppe (ab 6 Jahre) - nur nach Rücksprache -	Nadine Heckmann, Amelie Schäfer, Annalena Weimer Angelina Huth	Fr.	16:30	19:00	MTV große Halle	1469
Gerätturnen Jungen (ab 6 Jahre)	Nicole Mioskowski	Fr.	15:00	16:30	MTV große Halle	1470

VOLLEYBALL

Infos: volleyball@mombacher-turnverein.de

Kinder & Jugendliche (ab 8 Jahre)	Julia Rehm, Timo Schumann	Mi.	18:30	20:00	Lemmchenschule	1491
Freizeit mixed (Ü16)	Christian Rehm, Timo Schumann	Mo.	20:00	22:00	Lemmchenschule	1492
Freizeit mixed (Ü16)	Christian Rehm, Timo Schumann	Mi.	20:00	22:00	Lemmchenschule	1493

WANDERN

1500

Infos: wandern@mombacher-turnverein.de

Termine siehe Homepage

KURSANGEBOTE

Wir unterscheiden: Übungsstunde und Kursangebote

Wir unterscheiden **ÜBUNGS**stunden von **KURS**stunden. Unsere regelmäßig stattfindenden Übungsstunden findest Du hier im Übungsplan. Kurse ergänzen unseren Übungsplan. In jedem Frühjahr und Herbst werden ausgewählte Übungsstunden in Kursform angeboten. Das sind teilweise neue (Trend-) Sportarten, bei denen wir testen, wie sie bei unseren Mitgliedern und anderen Sportinteressierten ankommen.

Das Kursangebot ist besonders für Nichtmitglieder geeignet, die den MTV kennen lernen wollen, ohne Mitglied zu werden oder Mitglieder, die etwas Neues ausprobieren wollen. Das zeitlich begrenzte Angebot kann gegen eine Kursgebühr genutzt werden.

Informiere Dich auf unserer Homepage über das aktuelle Kursangebot und melde dich einfach und schnell online an: Über den QR-Code gelangst du direkt zu den Kursangeboten.

ERLÄUTERUNGEN

Abenteuer Sporthalle - Eltern-Kind-Turnen
Bewegungs- und Gerätelandschaften erkunden, Sportgeräte kennenlernen und gemeinsam neue Bewegungserfahrungen sammeln, sind Inhalte dieser Stunde.

Babys in Bewegung (Kinderwelt):
Durch altersentsprechende Spielanregungen wollen wir die individuelle Entwicklung des Babys unterstützen und durch gemeinsames Erleben die Mama/Papa-Kind-Beziehung stärken. Mitzubringen: eine Unterlage für dich und Mama/Papa, ggf. dicke Socken und bequeme Kleidung.

Kinderwelt - Eltern+Kind-Turnen - Kinder ab Krabbelalter (ca. 18 Monate) bis 4 Jahre
Wir stellen die Weichen für unsere Allerkleinsten in ein sportlich aktives Leben. Dabei spielt das gute Vorbild der Eltern eine große Rolle. Dienstags und donnerstags haben sie zusätzlich die Option, die Sportstunde (60 Min) im vorgegebenen Zeitraster frei zu bestimmten.

Kinderwelt - Krabbelstunde - Kinder von 13 - 24 Monate
Das Kind erfährt seine Umwelt spielerisch, eigener Körper und eigene Grenzen werden kennen gelernt. Selbstbewusstsein wird gesteigert, Motorik (wie z.B. Hand/Auge-Koordination) gefördert.

Kinderwelt inklusiv
Hier sind Kinder mit und ohne Beeinträchtigung mit ihren Eltern herzlich willkommen. Ziel der Stunde ist es ein rücksichtsvolles sportliches Miteinander zu fördern und Kindern und Eltern Ideen mitzugeben, die die motorischen Entwicklungen stärkt. Jede:r kann sich ausprobieren! Bitte nur mit Anmeldung über unsere Homepage!

Body-Fit
Hier findest du einen wöchentlich wechselnden Inhalt aus Koordination, Ausdauer und Kraft. Bitte ISO-Matte mitbringen.

Fit und Vital in die Woche
Durch gezieltes Training von Koordination, Gleichgewicht, Kraft und Ausdauer verbessert sich die innere und äußere Haltung. Werde oder bleibe fit, gesund und fühl dich wohl. Bitte Iso-Matte mitbringen.

Haltungs- und Bewegungs-Training
Wirbelsäulengymnastik für einen starken Rücken. Gezielte Übungen verbessern die Beweglichkeit und der Halte- und Stützapparat wird gekräftigt. Bitte Iso-Matte mitbringen.

Fun-Fitness
Hier findest du ein abwechslungsreiches Programm: Hula-Hoop Workout, Fitness-Dance, Functional Step, Aroha, Drums Alive, Pilates und vieles mehr. Der Stundeninhalt für die kommende Woche wird in jedem Training ausgelost.

Tanzwerkstatt - Ein bunter Mix aus getanzter Vielfalt:
Moderner Tanz/zeitgenössischer Tanz beinhalten unterschiedliche Bewegungsformen und stellen eine Synthese verschiedener Tanztechniken dar. Durch gezielte Beobachtung und Wahrnehmung des eigenen Körperverhaltens verbessern wir sowohl die Bewegungsfähigkeit, als auch die Bewegungsqualität.

FCBD - angelehnter Orientalsicher Tanz, Mittelstufe
Quereinstieg nur mit Vorkenntnissen und in Absprache mit Kursleitung, Kontaktaufnahme doronadjana@gmail.com. FCBD ist ein weltweit bekannter und improvisierter Tanzstil, der von Elementen des orientalischen Tanzes, Flamenco und indischem Tanz inspiriert ist. Im Zentrum des Tanzstils steht die tänzerische Erfahrung in der Gruppe, das abwechselnde Führen und Folgen.

Belly Dance Fusion
Mittelstufe und Fortgeschrittene - Voraussetzung: Vorkenntnisse im klassischen Orientalischen Tanz.
Belly Dance Fusion ist eine Weiterentwicklung des klassischen orientalischen Tanzes und FCBD (ATS). Diese beiden Elemente verschmelzen mit den verschiedensten Tanzrichtungen, z.B. Contemporary, Bollywood, Burlesque, Showtanz, Hip Hop und vielem mehr. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt, genauso wie der Musik, alles ist möglich.

Weitere Erläuterungen zu den Stundeninhalten findest du auf unserer Homepage oder schicke bei Fragen eine Mail an die entsprechende Abteilung oder an info@mombacher-turnverein.de.

INTERESSE ÜBUNGSLEITER/ TRAINER

Du hast eine Übungsleiter-/ Trainerlizenz und möchtest dich im MTV engagieren? Oder hast Interesse eine Übungsstunde zu begleiten? Dann melde dich gerne bei unserer Sportwartin Renate Novak - r.novak@mombacher-turnverein.de

ANSPRECHPARTNER

Vorstand
Christine Bechtloff - c.bechtloff@mombacher-turnverein.de

Sportbetrieb
Andrea Roth - a.roth@mombacher-turnverein.de

Kinderschutz
Manuela Preis - m.preis@mombacher-turnverein.de

Mitgliederverwaltung
Sabrina Reimer – s.reimer@mombacher-turnverein.de

Raumvermietung
Conny Glässer - c.glaesser@mombacher-turnverein.de

AUSSCHÜSSE

WIRTSCHAFTSAUSSCHUSS

Der Wirtschaftsausschuss kümmert sich ehrenamtlich um das Veranstaltungs- und Gebäudemanagement. Wenn du Lust hast, dich in diesem Bereich zu engagieren, dann melde dich bei Walter Rehm - w.rehm@mombacher-turnverein.de.

JUGENDAUSSCHUSS

Der Jugendausschuss koordiniert die Jugendarbeit des Vereins, plant alle Kinder- und Jugendveranstaltungen des Jahres und betreut diese. Er ist Ansprechpartner für alle Kinder, Jugendlichen und Eltern bei Ideen oder Problemen.
Ansprechpartnerin Sarah Pedersen - s.pedersen@mombacher-turnverein.de.

ÖFFENTLICHKEITSAUSSCHUSS

Der Öffentlichkeitsausschuss kümmert sich um die komplette Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Printmedien, Homepage und Social Media. Wenn du Interesse hast, dich ehrenamtlich einzubringen, dann melde dich bei Patrick Reis - p.reis@mombacher-turnverein.de.

Mombacher Turnverein 1861 e. V.

KONTAKT

Turnerstraße 31-33, 55120 Mainz
T. 06131-625604
info@mombacher-turnverein.de

www.mombacher-turnverein.de