

# SPORTPROGRAMM



**TSV 1970**  
**ROCHERATH**

**START DES NEUEN TURNJAHRES:  
Donnerstag, 1. September 2022**

**2022–2023**

# Allgemeine Kurse

## Eltern-Kind-Turnen:

mit Nadine

**Für wen ?** 1- 3-jährige Kids (MIT BEGLEITUNG)

**Wann ?** Samstags von 11h00 bis 12h00

**Anmeldung erforderlich** bei Nadine Halmes (0499 292 184)

Diese Stunde wird im 10er-Block angeboten.

Beitrag: 35€/Block oder 70€ mit anschließendem Wechsel in die Spiel & Sport-Gruppe.

## Spiel & Sport:

mit Mona, Hannah, Leonie

**Für wen ?** Kindergartenkids (3-5)

**Wann ?** Samstags von 11h00 bis 12h00

## Basisturnen Jungen:

mit Albert

**Für wen ?** Jahrgang 2015+2016

**Wann ?** Samstags von 8h45 bis 9h45

---

**Für wen ?** Jahrgang 2011-2014

**Wann ?** Montags von 18h00 bis 19h00

## Basisturnen Mädchen:

mit Anna-Lena

**Für wen ?** Jahrgang 2011-2016

**Wann ?** Samstags von 10h00 bis 11h00

# Allgemeine Kurse

## Riegenturnen:

mit Heike, Albert

**Für wen ?** Mädchen und Jungen ab Jahrgang 2010

**Wann ?** Freitags von 19h00 bis 20h30

## Tanzen:

**Für wen ?** Jahrgang 2014–2016

**Wann ?** Freitags von 17h00 bis 18h00

Mit Cindy und Céline

---

**Für wen ?** Jahrgang 2011–2013

**Wann ?** Freitags von 19h00 bis 20h00

Mit Britta und Lina

---

**Für wen ?** Jahrgang 2008–2010

**Wann ?** Freitags von 18h00 bis 19h00

Mit Melissa

## Showgruppe:

mit Lina und Louisa

**Für wen ?** Mädchen und Jungen ab Jahrgang 2010

**Wann ?** Samstags von 16h00 bis 18h00

Diese 3 Gruppen nehmen unter anderem an den Riegenmeisterschaften teil und haben auch andere Auftritte. Eine regelmäßige Teilnahme am Training ist daher wichtig!

# Fitnesskurse

## Aktiv 50+

mit Alena

**Für wen ?** Damen ab 50 Jahren

**Wann ?** Mittwochvormittags.

Die genaue Uhrzeit wird noch mitgeteilt. Um **Anmeldung** wird gebeten bei Alena (+49 176 20800166)

## Bodyfitness:

mit Birgit und Sarah

**Für wen ?** Offen für alle

**Wann ?** Montags von 19h00 bis 20h00

## Pump your Body:

mit Birgit

**Für wen ?** Alle ab 16 Jahren

**Wann ?** Mittwochs von 19h bis 20h

**Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt.**

Um **Anmeldung** wird gebeten bei Birgit (0496 881 662)

## HIIT-Intervalltraining:

mit Sarah

**Für wen ?** Offen für alle

**Wann ?** Donnerstags von 19h bis 20h

## Herrenturnen:

mit Rainer

**Für wen ?** Herren ab 30 Jahren

**Wann ?** Montags von 20h bis 21h

## Zirkeltraining:

mit Mario

**Für wen ?** Alle ab 16 Jahren

**Wann ?** Dienstags von 20h bis 21h30

**Kraftraum**—ab 18 Jahren—während der Öffnungszeiten

# Wettkampfturnen TSV

## Acro-Gym

mit Sarah, Amelie, Frieda, Louisa, Lina

**Für wen ?** Mädchen und Jungen ab 5 Jahren

**Wann ?** Nach Absprache

Kontaktperson: Sarah : 0471 471 144

## Geräteturnen Mädchen: mit Heike, Hanna, Emma

**Für wen ?** Mädchen ab 5 Jahren

**Wann ?** Nach Absprache

Kontaktperson: Heike: 0472 292 467

## Förderzentrum LOS

**Für wen ?** Jungen ab 5 Jahren

**Wann ?** Nach Absprache

Kontaktperson: Pierre-Jean: 0495 353 869

# Mitgliedsbeiträge 2022–2023

## ALLGEMEINE KURSE:

Für alle, die 2007 und später geboren sind:

|                     |            |
|---------------------|------------|
| 1 Kurs:             | 70,00 EUR  |
| Jeder weitere Kurs: | +20,00 EUR |

Für alle, die 2006 und früher geboren sind:

|                     |            |
|---------------------|------------|
| 1 Kurs:             | 110,00 EUR |
| Jeder weitere Kurs: | +20,00 EUR |

## WETTKAMPFTURNEN TSV (Geräteturnen Mädchen & Acro-Gym):

|                                      |            |
|--------------------------------------|------------|
| Beitrag + Lizenz:                    | 180,00 EUR |
| Nachwuchsturner (2x Training/Woche ) | 90,00 EUR  |
| Jeder weitere Kurs:                  | +10,00 EUR |

## FÖRDERZENTRUM

|                                      |            |
|--------------------------------------|------------|
| Geräteturnen Jungen :                | 270,00 EUR |
| Nachwuchsturner (2x Training/Woche ) | 90,00 EUR  |
| Jeder weitere Kurs:                  | +10,00 EUR |

## FITNESSKURSE:

|                     |            |
|---------------------|------------|
| 1 Kurs              | 130,00 EUR |
| Jeder weitere Kurs: | +20,00 EUR |

## KRAFTTRAINING:

|                    |            |
|--------------------|------------|
|                    | 220,00 EUR |
| Jeder weitere Kurs | +20,00 EUR |

Basispreis ist der jeweils teuerste belegte Kurs.

**DIE EINSCHREIBUNG IST NUR GÜLTIG, WENN DAS EINSCHREIBEFORMULAR (Download auf [www.tsv1970rocherath.com](http://www.tsv1970rocherath.com) oder beim Trainer erhältlich) **KOMPLETT AUSGEFÜLLT ABGEGEBEN WURDE UND DER BEITRAG PER ÜBERWEISUNG BEZAHLT WURDE.****

**Kontonummer für die Beiträge: BE91 7440 7305 9076**

**Rückerstattungsformulare für die Krankenkasse o.ä., die nicht zusammen mit dem Anmeldeformular abgegeben bzw. gemailt werden, werden nicht berücksichtigt!**

# Stundenplan

|       | Montag                                  | Dienstag            | Mittwoch          | Donnerstag | Freitag             | Samstag                              |
|-------|---|---------------------|-------------------|------------|---------------------|--------------------------------------|
| 8h45  |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 9h00  |   |                     |                   |            |                     | Basisturnen Jungen<br>1+2. Schuljahr |
| 9h45  |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 10h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 10h30 |   |                     | Aktiv 50+         |            |                     | Basisturnen<br>Mädchen               |
| 11h00 |   |                     |                   |            |                     | Kiga                                 |
| 11h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 12h00 |   |                     |                   |            |                     | Eltern - Kind<br>Turnen              |
| 12h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 13h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 13h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 14h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 14h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 15h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 15h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 16h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 16h30 |   |                     |                   |            |                     | Showgruppe                           |
| 17h00 |   |                     |                   |            | Tanzen<br>2014-2016 |                                      |
| 17h30 |   |                     |                   |            | Tanzen<br>2008-2010 |                                      |
| 18h00 | Basisturnen Jungen<br>3., -6. Schuljahr |                     |                   |            |                     |                                      |
| 18h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 19h00 | Bodyfitness                             |                     | Pump your<br>Body | HIIT       | Riegen-<br>turnen   |                                      |
| 19h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 20h00 | Herren-<br>turnen                       | Zirkel-<br>training |                   |            |                     |                                      |
| 20h30 |   |                     |                   |            |                     |                                      |
| 21h00 |   |                     |                   |            |                     |                                      |

Geräteturnen Mädchen: nach Absprache      Acrogyim: nach Absprache      Förderzentrum: nach Absprache

# TERMINE 2022–2023

| Start des neuen Turnjahres am Donnerstag, den 1. September 2022 |                     |             |
|---|---------------------|-------------|
| Generalversammlung  | 4. November 2022    | Rocherath   |
| VDT Mehrkampf   | 27. November 2022   | Amel        |
| TLZ–Freundschaftswettkampf GAF                                  | 15. Januar 2023     | Amel        |
| Turnabzeichen   | 21. Januar 2023     | Heppenbach  |
| Acrogym Freundschaftswettkampf                                  | 21. Januar 2023     | Heppenbach  |
| GAM—Coupe formation interprovincial                             | 28./29. Januar 2023 |             |
| GAF—Jeunes, Div 5+4   | 4. Februar 2023     | Amel        |
| FFG–GAF Div. 4  | 18./19. März 2023   | Les Presles |
| Acrogym   | 25. März 2023       | Rocherath   |
| FFG– Acrogym  | 8. April 2023       |             |
| GAM—Interprovincial   | 8/9. April 2023     |             |
| FFG–GAM toutes divisions  | 29./30. April 2023  |             |
| FFG–GAF Div. 5  | 29./30. April 2023  |             |
| Saalfest  | 29. April 2023      | Rocherath   |
| VDT Riegenmeisterschaft Div. 2                                  | 7. Mai 2023         | Worriken    |
| VDT Riegenmeisterschaft Div. 1                                  | 12. Mai 2023        | Recht       |
| Belgische Meisterschaft GAM+GAF+Acro                            | 27–29. Mai 2023     |             |
| Grill und Wanderung / Familientag                               | 27. August 2023     | Rocherath   |



**TSV 1970**  
**ROCHERATH**

Sitz:  
Wahlerscheiderstr. 121  
4760 Rocherath  
Bank: KBC 731–1131437–04

[info@tsv1970rocherath.com](mailto:info@tsv1970rocherath.com)

Präsident:  
STOFFELS Guido

Schriftführerin:  
JOST Sandra  
0497 / 21 72 12

Kassiererin:  
Faymonville Kristina