

SC Tegeler Forst e.V.

Trainingszeiten Winter 2002/2003

Leichtathletik im Wettkampfsport

Sch E (96 u.j.)	di	16.00-17.00 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
Sch D (94/95)	di	17.00-18.30 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
Sch C/D (Tegel)	mo	16.30-17.30 Uhr	Halle Hatzfeldtallee
Sch C/D (Heilig.)	mo/do	16.00-17.30 Uhr	A.-Haushofer-Schule
Schülerinnen D/E	mo	18.00-20.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule
Sch B/A (Heilig.)	mo/do	17.30-19.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule
Schülerinnen C (92/93)	mi	17.00-19.00 Uhr	GS am Vierrutenberg
Schüler C (92/93)	di	17.00-18.30 Uhr	Georg-Herwegh-Schule
Schülerinnen B (90/91)	fr	17.30-19.00 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
Schüler B (90/91)	mi	17.00-19.00 Uhr	GS am Vierrutenberg
Schülerinnen A (88/89)	mo	17.00-19.00 Uhr	Halle Hatzfeldtallee
	di	18.00-20.00 Uhr	Olafstraße
	mi	16.30-18.15 Uhr	Sporthalle Cyclopstraße
	do	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
Schüler A (88/89)	mo	17.00-19.00 Uhr	Halle Hatzfeldtallee
	mi	16.30-18.30 Uhr	Sporthalle Cyclopstraße
			weitere Termine nach Absprache

Leistungssport ab Jugend:

weibliche Jugend ab Jahrgang 87	mo	17.30-19.45 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	mi	17.30-19.45 Uhr	Sporthalle Cyclopstraße
	do	17.30-19.45 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	fr	17.00-19.15 Uhr	Kraftraum Rehberge
männliche Jugend ab Jahrgang 87	mo	18.30-20.00 Uhr	Kraftraum Rehberge
	di	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	mi	18.00-20.00 Uhr	Sporthalle Cyclopstraße
	do	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	sa	11.00-12.30 Uhr	verl. Kneippstraße/Wald

Zusatz- und Spezialtraining:

Lauf ab weibl. Jugend	mi	18.00-20.00 Uhr	Sporthalle Cyclopstraße
	do	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	fr	15.30-17.00 Uhr	Hatzfeldtallee
	sa	12.00-14.00 Uhr	nach Absprache
Lauf männl.	mo	18.00-20.00 Uhr	Kraftraum Rehberge
	di	18.30-20.30 Uhr	Carl-Benz-Schule
	do	18.45-21.30 Uhr	Richard-Keller-Schule
	so	10.00-12.00 Uhr	Richard-Keller-Schule
Wurf	mo	17.30-19.00 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
	sa	10.00-12.00 Uhr	Stadion Rehberge
Stabhochsprung	di	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle
	do	17.30-19.30 Uhr	Rudolf-Harbig-Halle

Lauftreffs

Team Gazelle	sa	Tel.: 401 98 54	verl. Kneippstraße/Wald
Team Alte Hasen	so	10.00 Uhr	Schönfließer/Senheimer
Frauenlauftreff	mo, mi, fr	16.00 Uhr	Tel.: 401 21 56 (Waldparkplatz, Schulzendorfer Str., Hermsdorf)

Leichtathletik im Freizeitsport

M/F Senioren ab ca. 45 Jahre	mo	20.00-22.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule
	do	17.30-19.30 Uhr	Hannah-Höch-Schule
Senioren-Lauf	mi	18.00-19.00 Uhr	Kraftraum Hatzfeldtallee
	fr	18.00-19.30 Uhr	Halle Hatzfeldtallee
	so	10.00 Uhr	Tegeler Forst
LA und Kondition Männer 40-80	di	18.30-20.30 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
Jedermann-10-Kampf-Vorbereitung	do	19.00-21.00 Uhr	Tel.: 404 79 54

SC Tegeler Forst e.V.

Freizeitsport Sonstiges

Schwimmen

Seepferdchen	mi	18.30-19.30 Uhr	Hallenbad MV
	mi	19.30-20.15 Uhr	Hallenbad MV
Fortgeschrittene	mi	18.30-19.30 Uhr	Hallenbad MV
(Gold bis Bronze)	mi	19.30-20.30 Uhr	Hallenbad MV
freies Schwimmen	mi	19.30-21.15 Uhr	Hallenbad MV
Sportabzeichen	mi	ab 20.00 Uhr	Hallenbad MV

Spiele

Basketball	mo	18.30-20.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule	...und mehr	do	19.00-20.00 Uhr
			A.-Haushofer-Schule			
Mä AK Spiele	so	10.00-14.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule			
	di	20.00-22.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule			
Volleyball	mo	20.00-22.00 Uhr	Georg-Herwegh-Schule			
	mi	20.00-22.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule			
	fr	20.00-22.00 Uhr	Victor-Gollancz-Schule			

Freizeit-Fussball fr 20.00-22.00 Uhr Romain-Rollain-Schule
u. Kondition, 10-60 Jahre

Ausgleichssport mo 20.00-22.00 Uhr Georg-Herwegh-Schule

Badminton

Fitnessspiel di 20.15-21.45 Uhr Renée-Sintenis-Sch. a.H.

Fit für Freizeit-Angebote

Turnen

Eltern-Kind-Turnen	mo	16.30-17.30 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. a.H.
	di	11.00-12.00 Uhr	Fürst Donnersmarck Haus
	mo	16.00-17.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule
	di	16.00-17.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule

Zwergenturnen

ab 3 J.	mo	16.30-17.30 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. n.H.
3-4 J.	di	17.00-18.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule
5-6 J.	di	18.00-19.00 Uhr	A.-Haushofer-Schule
Mädchenturnen	fr	18.00-20.00 Uhr	Georg-Herwegh-Schule

Gymnastik/Kondition etc.

Aerobic	mi	19.00-20.00 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. a.H.
Konditionsgym	mo	19.00-20.15 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. a.H.
Fitmacher-Gym	mi	20.00-21.15 Uhr	Renée-Sintenis-Sch. a.H.
Fitness&Kondition	do	19.30-21.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule
Seniorengym	mo	20.00-21.30 Uhr	A.-Haushofer-Schule
Hausfrauengym	do	20.00-21.30 Uhr	A.-Haushofer-Schule

Entspannung & Rückenschule

di 18.30-20.00 Uhr Renée-Sintenis-Sch. a.H.

Jazz-Dance

12 Jahre und älter fr 18.30-20.00 Uhr Renée-Sintenis-Sch. a.H.

Twirling

mo 16.45-18.30 Uhr Johannes-Lindhorst-Sch.
do 16.45-18.30 Uhr Johannes-Lindhorst-Sch.

Gütesiegel Gesundheitssport & Fit für Freizeit

Koronarsport	mo	15.00-16.30 Uhr	Hannah-Höch-Schule
	mo	16.30-18.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule
	fr	16.00-17.30 Uhr	Hannah-Höch-Schule
	fr	17.30-19.00 Uhr	Hannah-Höch-Schule

Wirbelsäulengymnastik

mo 20.15-21.30 Uhr Renée-Sintenis-Sch. a.H.

Sportstätten:

Albrecht-Haushofer-Schule, Kurzebracker Weg 40, 13503
Carl-Benz-Schule, Heidenheimer Str.53-54 , 13467
Fürst Donnersmarck Haus, Wildkanzelweg 28, 13465
Georg-Herwegh-Schule, Fellbacher Str.18-19, 13467
Hannah-Höch-Grundschule, Finsterwalder Str.56, 13435
Johannes-Lindhorst-Oberschule, Alt-Wittenau 8-12, 13437
Renée-Sintenis-Grundschule, Laurinsteig 39-45, 13465
Richard-Keller-Schule, Olafstraße 32-34, 13467
Romain-Rollain-Schule, Place Moliere 4, 13469
Rudolf-Harbig-Halle, Passenheimer Str.1, 14053
Sporthalle Cyclopstraße, Cyclopstraße 1-7, 13437
Sporthalle Hatzfeldtallee, Hatzfeldtallee 25, 13509
Sportplatz Hatzfeldtallee, Hatzfeldtallee 27-33, 13509
Stadion Rehberge, Afrikanische Straße 47, 13351
Vierrutenberggrundschule, Am Vierrutenberg 59-65, 13469
Victor-Gollancz-Grundschule, Gollanzstraße 18-24, 13465