

# Sportangebot des Kieler TV

## Badminton (Erwachsene)

|         |                                                |
|---------|------------------------------------------------|
| Freitag | 19.00 - 22.00 Uhr<br>Berufsschule Gellerthalle |
| Sonntag | 20.00 Uhr Holsteinhalle                        |

## Fit und Vital

### Complete Bodyworkout

|            |                                             |
|------------|---------------------------------------------|
| Donnerstag | 9.00 - 10.00 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|------------|---------------------------------------------|

### Easy Workout

|          |                                             |
|----------|---------------------------------------------|
| Dienstag | 9.00 - 10.00 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|----------|---------------------------------------------|

### Fit ab 50

|          |                                              |
|----------|----------------------------------------------|
| Dienstag | 17.30 - 18.30 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 2 |
|----------|----------------------------------------------|

### Fitness und Spiel

|          |                                            |
|----------|--------------------------------------------|
| Dienstag | 18.30 - 19.30 Uhr<br>Käthe Kollwitz Schule |
|----------|--------------------------------------------|

### Flexi Power

|          |                                              |
|----------|----------------------------------------------|
| Dienstag | 18.00 - 19.00 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|----------|----------------------------------------------|

### Individuelles Geräte-Training

|                |                 |
|----------------|-----------------|
| Nach Absprache | KTV-Vereinsheim |
|----------------|-----------------|

### Kondition, Fitness und Spiel

|            |                                            |
|------------|--------------------------------------------|
| Donnerstag | 20.00 - 22.00 Uhr<br>Käthe Kollwitz Schule |
|------------|--------------------------------------------|

### MoveMax

|          |                                              |
|----------|----------------------------------------------|
| Mittwoch | 17.15 - 18.15 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|----------|----------------------------------------------|

### Nordic Walking

|          |                                             |
|----------|---------------------------------------------|
| Dienstag | 18.30 - 19.30 Uhr<br>Start: KTV-Vereinsheim |
|----------|---------------------------------------------|

### Rückenfit

|        |                                              |
|--------|----------------------------------------------|
| Montag | 09.00 - 10.00 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 2 |
|--------|----------------------------------------------|

### Rücken Aktiv

|            |                                    |
|------------|------------------------------------|
| Donnerstag | 17.30-18.30 Uhr<br>KTV-Vereinsheim |
|------------|------------------------------------|

### Senioren Aktiv

|        |                                              |
|--------|----------------------------------------------|
| Montag | 18.30 - 19.30 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|--------|----------------------------------------------|

### Volleybal Hobbygruppe

|          |                                            |
|----------|--------------------------------------------|
| Dienstag | 19.30 - 21.00 Uhr<br>Käthe Kollwitz Schule |
|----------|--------------------------------------------|

### Yoga für Alle

|         |                                              |
|---------|----------------------------------------------|
| Freitag | 17.00 - 18.00 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
|---------|----------------------------------------------|

### Yoga `Vinyasa`

|        |                                                  |
|--------|--------------------------------------------------|
| Montag | 18.15 - 19.45 Uhr<br>KTV-Vereinsheim, Karateraum |
|--------|--------------------------------------------------|

## Handball 1. Männer

|          |                                                      |
|----------|------------------------------------------------------|
| Montag   | 17.00 - 19.00 Uhr<br>Berufsschulzentrum Gellerthalle |
| Mittwoch | 17.00 - 19.00 Uh<br>Berufsschulzentrum Gellerthalle  |

## Hip Hop

### Minis

|            |                                                                           |
|------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | 15.30 - 16.30 Uhr <b>Just Shortys</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (5-7 J.) |
| Dienstag   | 15.30 - 16.30 Uhr <b>Just Tiny 2</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (3&4 J.)  |
| Mittwoch   | 16.15 - 17.00 Uhr <b>Just Tiny 3</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 2 (3-5 J.)  |
| Mittwoch   | 15.15 - 16.00 Uhr <b>Just Littlez</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (5-7 J.) |
| Donnerstag | 16.00 - 16.45 Uhr <b>Just Tiny 1</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (3&4 J.)  |

### Kids

|            |                                                                          |
|------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | 16.30 - 17.30 Uhr <b>Just Groove</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (7-9 J.) |
| Montag     | 17.45 - 18.45 Uhr <b>Just Right</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (9-11 J.) |
| Dienstag   | 16.40 - 18:15 Uhr <b>Just Create</b><br>Käthe Kollwitz Schule (8-13 J.)  |
| Mittwoch   | 16.30 - 17.30 Uhr <b>Just A Comp</b><br>Käthe Kollwitz Schule (10-13 J.) |
| Donnerstag | 16.00 - 17.00 Uhr <b>Just Vibe</b><br>Käthe Kollwitz Schule (7-9 J.)     |
| Donnerstag | 17.15 - 18.15 Uhr <b>Just Rhythm</b><br>Käthe Kollwitz Schule (10-19 J.) |
| Donnerstag | 16.00 - 17.00 <b>Just Freestyle</b><br>Max Planck Schule (U 16 J.)       |
| Variiert   | variiert <b>Just Next Vision (LF)</b><br>Variiert (10-15 J.)             |

### Teens

|            |                                                                                 |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Montag     | 16.45 - 18.15 Uhr <b>Just Grow</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 2 (13-17 J.)        |
| Dienstag   | 16.00 - 17.25 Uhr <b>Just Level Up</b><br>KTV-Vereinsheim Saal 2 (13-17 J.)     |
| Mittwoch   | 17.30 - 18.30 Uhr <b>Just Teens</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 2 (13-17 J.)       |
| Donnerstag | 16.00 - 17.00 Uhr <b>Just Freestyle</b><br>Max Planck Schule (U 16 J.)          |
| Donnerstag | 17.15 - 18.15 Uhr <b>Just Drill &amp; Skill</b><br>Max Planck Schule (ab 12 J.) |
| Freitag    | 18.15 - 19.45 Uhr <b>Just P&amp;B</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (ab 12 J.)     |

### Adults

|          |                                                                              |
|----------|------------------------------------------------------------------------------|
| Montag   | 18.50 - 19.50 Uhr <b>Just Dance</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (ab 18 J.)    |
| Montag   | 19.45 - 20.45 Uhr <b>Just A Minute</b><br>Käthe Kollwitz Schule (ab 30 J.)   |
| Montag   | 20.00 - 21.00 Uhr <b>Just Freestyle</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 (ü 16 J.) |
| Dienstag | 18.30 - 20.00 Uhr <b>Just Progress</b><br>Käthe Kollwitz Schule (ab 18 J.)   |
| Mittwoch | 18.15 - 19.15 Uhr <b>Just A Passion</b><br>KTV-Vereinsheim (ab 30 J.)        |

# Sportangebot des Kieler TV

|            |                                                                                              |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Donnerstag | 18.30 - 20.00 Uhr <b>Community Class</b><br>Käthe Kollwitz Schule ( <b>ab 18 J.</b> )        |
| Donnerstag | 17.15 - 18.15 Uhr <b>Just Drill &amp; Skill</b><br>Käthe Kollwitz Schule ( <b>ab 12 J.</b> ) |
| Freitag    | 18.15 - 19.45 Uhr <b>Just P&amp;B</b><br>KTV-Vereinsheim, Saal 1 ( <b>ab 12 J.</b> )         |
| Variiert   | variiert <b>Justus / Just 241</b><br>Käthe Kollwitz Schule ( <b>ab 20 J.</b> )               |

| <b>Karate KTV-Vereinsheim (Karateraum)</b> |                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Dienstag                                   | 17.00 - 18.00 Grundschole Anf. Kinder<br>18.00 - 19.00 Grundschole Fortg. Kinder<br>19.00 - 21.00 Kihon-Kata-Kumite Erwachsene                                   |
| Donnerstag                                 | 17.00 - 18.00 Kumite Anf. Kinder<br>18.00 - 19.00 Kumite Fortg. Kinder<br>19.00 - 20.00 Kumite Kinder, Erwachsene<br>20.00 - 21.00 Kihon-Kata-Kumite, Erwachsene |
| Samstag                                    | 09.30 - 11.30 Freies Training Kinder                                                                                                                             |

| <b>Kung Fu</b> |                                                  |
|----------------|--------------------------------------------------|
| Montag         | 19.30 - 21.30 Uhr KTV Vereinsheim, Saal 2        |
| Mittwoch       | 18.30 - 20.30 Uhr<br>KTV Vereinsheim, Karateraum |

| <b>Reha- und Gesundheitssport</b> |                                           |
|-----------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Orthopädisches Training</b>    |                                           |
| Mittwoch                          | 15.00 - 16.00 Uhr KTV Vereinsheim, Saal 2 |

| <b>Herzsport</b> |                                           |
|------------------|-------------------------------------------|
| Mittwoch         | 16.15 - 17.15 Uhr KTV-Vereinsheim, Saal 1 |
| Samstag          | 09.00 - 10.00 Uhr Uni-Sport-Forum         |

| <b>Sport in der Krebsnachsorge</b> |                                           |
|------------------------------------|-------------------------------------------|
| Donnerstag                         | 10.20 - 11.20 Uhr KTV-Vereinsheim, Saal 1 |

| <b>Schwimmen</b>                                                                                                                            |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Anmeldung zu den Schwimmkursen und Infos zum Breitensport finden Sie unter <a href="http://www.sv-neptun-kiel.de">www.sv-neptun-kiel.de</a> |  |

| <b>Sportakrobatik</b>                                                                                                                                  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Infos zu den Trainingszeiten finden Sie unter <a href="http://www.sportakrobatik-kiel.de/probetraining/">www.sportakrobatik-kiel.de/probetraining/</a> |  |

Für ein Probetraining nehmen Sie bitte Kontakt zu unseren Trainern/innen auf (siehe Kontaktliste)

| <b>Tanzen</b>                 |                                           |
|-------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>KTV-Vereinsheim Saal 1</b> |                                           |
| Mittwoch                      | 19.00 - 21.00 Uhr Paare (Fortgeschritten) |
| Donnerstag                    | 19.30 - 21.00 Uhr Paare (Fortgeschritten) |

| <b>Tennis Zastrowstraße 14</b>                                                                                                                                                            |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Saison von 01.05. bis 31.10.<br>die Spielzeiten sind dem Spielplan zu entnehmen oder unter <a href="http://www.kielertv.de/sportangebote/tennis">www.kielertv.de/sportangebote/tennis</a> |  |

| <b>Tischtennis</b>                     |                                                                                              |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Berufsschulzentrum Gellerthalle</b> |                                                                                              |
| Montag                                 | 17.30 - 19.00 Uhr <b>Jugend und Erwachsene</b><br>19.00 - 22.00 Uhr <b>Punktspielbetrieb</b> |

| Samstag                        | ab 18 Uhr <b>freies Training</b>                                       |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>Käthe Kollwitz Schule</b>   |                                                                        |
| Mittwoch                       | 19.00 - 22.00 Uhr <b>Punktspielbetrieb</b>                             |
| <b>KTV Vereinsheim, Saal 2</b> |                                                                        |
| Freitag                        | 16.30 - 18.30 Uhr <b>Jugend</b><br>18.30 - 21.00 Uhr <b>Erwachsene</b> |

| <b>Turnen</b>                |                                                                                                                                                                          |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Käthe Kollwitz Schule</b> |                                                                                                                                                                          |
| Montag                       | 17.00 - 19.10 Uhr Leistungsturnen ( <b>wbl.</b> )<br>19.20 - 21.00 Uhr Erwachsene ( <b>ab 18 J.</b> )                                                                    |
| Dienstag                     | 16.30 - 17.30 Uhr allg. Turnen ( <b>4-6 J.</b> )<br>17.30 - 18.30 Uhr allg. Turnen ( <b>6-10 J.</b> )                                                                    |
| Mittwoch                     | 15.30 - 16.30 Uhr Eltern Kind Turnen ( <b>2-4 J.</b> )<br>16.30 - 17.30 Uhr Eltern Kind Turnen ( <b>2-4 J.</b> )<br>17.30 - 19.00 Uhr Nachwuchsturnen ( <b>6-10 J.</b> ) |
| <b>Uni Halle</b>             |                                                                                                                                                                          |
| Mittwoch                     | 16.00 - 18.00 Uhr Leistungsturnen (wbl.)                                                                                                                                 |

| <b>Volleyball</b>                                                                                                 |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Trainingszeiten entnehmen Sie bitte der Homepage <a href="http://www.volleyball-ktv.de">www.volleyball-ktv.de</a> |  |

| <b>Ansprechpartner/ Spartenleiter/innen</b> |                                                               |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Badminton                                   | <b>Sebastian Fischer</b><br>mail@sebfisch.de                  |
| Fit und Vital                               | <b>Elena Schachmeier</b><br>elena.schachmeier@kielertv.de     |
| Handball                                    | <b>Holger Brammer</b><br>holger.brammer@kielertv.de           |
| Hip Hop                                     | <b>Finnja Schmiedel</b><br>just.hhik@gmail.com                |
| Karate                                      | <b>Niels Meifort</b><br>ktv.meifort@web.de                    |
| Kung Fu                                     | <b>Sönke Birkner</b><br>info@whkd-kung-fu-kiel.de             |
| Reha Sport                                  | info@kielertv.de                                              |
| Schwimmen                                   | info@sv-neptun-kiel.de                                        |
| Sportakrobatik                              | <b>Jasmin Wagner</b><br>sparte@sportakrobatik-kiel.de         |
| Tanzen                                      | <b>Annette Schück Hollmann</b><br>Annette.schueck@t-online.de |
| Tennis                                      | info@kielertv.de                                              |
| Tischtennis                                 | <b>Joris Maischak</b><br>maischakjoris@gmail.com              |
| Turnen                                      | <b>Tim Grotherr</b><br>sportmanager@kielertv.de               |
| Volleyball                                  | <b>Claus Köhler</b><br>Claus.koehler@kielertv.de              |