

## Vorbereitung auf das Sportabzeichen

Informationen über Voraussetzungen und Prüfungsabnahme werden von den Kampfrichtern (Inge Kilders, Hans Schriefers und Ferdi Heidenfels) jeden Freitagabend in den Sommermonaten auf dem Sportplatz erteilt.

## Kraftraum in der Rudi-Demers-Halle

Seit 1992 steht den Mitgliedern der Vorster Sportvereine ein Kraftraum zur Verfügung, der mit Geräten, wie beispielsweise Drückerbank, Zugapparat, Beinstrecker, Ergometer, Butterflystation, Hantelbank u.a. eingerichtet ist. Alle Sportgeräte sind gewichtsmäßig und körpergerecht einstellbar.



## Mitgliedsbeiträge

Aktive . . . . .	€ 8,00 mtl.
Kinder, Jugendliche bis 18 Jahre . . .	€ 5,80 mtl.
Familie . . . . .	€ 17,50 mtl.
Passive . . . . .	€ 3,00 mtl.
Zusatzbeitrag für Yoga/Pilates . . . . .	€ 2,00 mtl.
Aufnahmegebühr pro Person . . . . .	€ 8,00 einmalig

## Geschäftsstelle:

Buyschstr. 27 · 47918 Tönisvorst  
Tel. 0 21 56 / 8 03 75 E-Mail [k.surrey@tv-vorst.de](mailto:k.surrey@tv-vorst.de)

## Geschäftsführung:

Ginsterweg. 9 · 47918 Tönisvorst  
Tel. 0 21 56 / 36 61 · Fax 0 21 56 / 4 11 87  
E-Mail [l.neumann@tv-vorst.de](mailto:l.neumann@tv-vorst.de)

## Beauftragter für EDV

Eichenstr. 15 · 47918 Tönisvorst  
Tel. 0 21 56 / 97 20 54 · Fax 0 21 56 / 972051  
E-Mail [f.opkamp@tv-vorst.de](mailto:f.opkamp@tv-vorst.de)

Im Internet: [www.tv-vorst.de](http://www.tv-vorst.de)

Aktual. April 2012

Turnverein Vorst 1878 e.V.



# Das Sport-Angebot

## Sportstätten



**Rudi-Demers-Halle (RDH),  
Josef-Schmitter-Halle/Anbau (JSH)**  
Wiemespfad 10  
47918 Tönisvorst  
Tel.: 0 21 56 / 49 28 33

**Hans-Hümsch-Halle  
(HHH)**  
Wiemespfad 10  
47918 Tönisvorst  
Tel.: 0 21 56 / 49 28 34



**Sportplatz Vorst**  
Am Sportplatz 1  
47918 Tönisvorst  
Tel.: 0 21 56 / 97 19 71



# RDH = Rudi-Demers-Halle - JSH = Josef-Schmitter-Halle (Anbau) - HHH = Hans-Hümsch-Halle



	Halle	Wochentag	von	bis
<b>BUDO - Kampfkunst und Gesundheit</b>				
<b>Karate, Tai-Chi, Core-Training,</b> Clemens Tötches, Tel. 0 21 56 / 80 550				
<b>Karate</b> Kinder, Anfänger ab 6 Jahre	JSH	Mittwoch	18.00	19.00
Kinder, Fortgeschrittene	JSH	Freitag	19.00	20.00
Erwachsene (Aufwärmen mit Core)	HHH	Freitag	20.45	21.30
<b>Tai-Chi</b> Erwachsene	JSH	Mittwoch	20.00	21.30
<b>Core-Training</b> für alle	HHH	Freitag	20.00	20.45
<b>Yoga / Pilates</b>	AWO Kindergarten	Dienstag	18.00	20.00
<b>Judo</b> Jugendliche	JSH	Mittwoch	18.30	20.00

## Handball

**Jungen, Herren, Frauen,** Werner Schießler, Tel. 0 21 56 / 7 79 99

<b>Minis (4 - 6 Jahre)</b>	RDH	Dienstag	15.00	16.00
<b>F - Jugend</b>	RDH	Dienstag	16.45	18.00
<b>E - Jugend</b>	RHD	Montag	16.00	17.15
	RDH	Donnerstag	15.15	16.45
<b>D2 - Jugend</b>	RDH	Dienstag	16.00	17.15
	RDH	Donnerstag	15.45	17.00
<b>D1 - Jugend</b>	RDH	Dienstag	18.30	19.45
	RDH	Freitag	17.15	18.45
<b>C2 - Jugend</b>	RDH	Montag	16.00	17.15
	RHD	Freitag	15.00	16.30
<b>C1 - Jugend</b>	RDH	Dienstag	17.45	19.00
	RDH	Freitag	15.45	17.15
<b>B - Jugend</b>	RDH	Dienstag	19.30	20.30
	RDH	Freitag	18.30	20.00
<b>Senioren</b>	JSH	Dienstag	20.00	21.00
<b>Senioren</b>	RDH	Dienstag	20.00	22.00
	RDH	Freitag	20.00	22.00
<b>Frauen</b>	RDH	Donnerstag	19.30	22.00

## Tischtennis

Harry Lamprecht, Tel. 0175 / 5 74 55 41

<b>Erwachsene</b>	JSH	Montag	20.00	22.00
	HHH	Donnerstag	20.00	22.00
<b>Kinder</b>	JSH	Montag	18.00	20.00

## Turnen

Holger Rogoll, Tel. 021 56 / 80 608

<b>Kinderturnen (5 - 6 Jahre)</b>	HHH	Montag	16.00	17.00
<b>Kinderturnen 1./2. Schuljahr</b>	HHH	Montag	17.00	18.00
<b>Kinderturnen 3./4. Schuljahr</b>	HHH	Montag	18.00	19.00
<b>Kleinkinderturnen</b>	HHH	Mittwoch	16.00	17.00
<b>Geräteturnen</b> Anfänger	HHH	Montag	17.00	18.00
Fortgeschrittene	HHH	Mittwoch	17.00	18.30
Jugend	HHH	Mittwoch	18.00	20.00
<b>Kunstturnen</b>	HHH	Donnerstag	15.30	20.00
<b>Leistungsturnen</b> Bambinikader	HHH	Freitag	15.00	17.00
Nachwuchskader	HHH/JSH	Freitag	15.30	18.00
Kader	HHH/JSH	Freitag	17.00	20.00
<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	HHH	Montag	19.00	21.00
<b>Volleyball gemischt</b>	RDH	Montag	19.30	22.00
<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	HHH	Dienstag	15.00	16.15
			16.15	17.30
<b>Trampolin</b>	JSH	Dienstag	18.00	20.00
<b>Leichtathletik</b> Sommer Kinder	Sportplatz	Dienstag	17.30	18.30
Jugendliche	Sportplatz	Dienstag	18.30	19.30
Winter Kinder	JSH	Dienstag	17.45	18.45
Jugendliche	JSH	Dienstag	18.45	19.45
<b>Faustball Mixed</b>	JSH	Mittwoch	15.00	16.30
<b>Step-Aerobic</b>	JSH	Dienstag	20.00	21.00
<b>Fitness / Turnen Erwachsene</b>	HHH	Mittwoch	20.00	21.30
<b>Kindertanzen</b> KiGa-Kinder	HHH	Freitag	16.00	17.00
<b>Kindertanzen</b> Schulkinder	HHH	Freitag	17.00	18.00
<b>Walking</b>	Sportpl./RDH	Freitag	08.00	09.30
	Sportpl./RDH	Sonntag	09.30	10.30
<b>Sportabzeichen</b> Kinder / Erwachsene	Sportplatz	Freitag	18.00	
<b>Altersriege / Faustball</b> Sommer/Winter	Sportpl./JSH	Freitag	20.00	22.00