

Sporthalle	Tag	Übungszeit	Altersgruppen + Hinweise	ÜL
1.1. Breiten- und Gesundheitssport				
Gym,Sport + Spiel f. Kinder				
J.-Kepler-Sch.	Mo	15:30 - 16:15	4 - 6	keine ÜL
J.-Kepler-Sch.	Mo	16:15 - 17:00	ab 6	keine ÜL
Mönchber-Sch.				keine ÜL
allg. Gymnastik für Ältere (Rücken, Bauch, Beine, Po)				
DJK-Sportz.Halle 1	Mi	16:00 - 18:00 17:00 - 18:00	und Freizeitvolleyball Volleyball in eigener Regie	Euting, Adelheid
Fitnessgymnastik f. Frauen				
Mönchbergsch.	Mo	18:30 - 19:15		Gentner, Sabine
DJK-Sportz.Halle 1	Di	18:30 - 19:30		Preis, Ines
Peterschule/VHS	Mi	18:15 - 19:00		Gentner, Sabine
Pfarrsaal Unsre Liebe Frau	Di	19:30 - 20:30		Girwidz, Gisela
Fitnessgymnastik f. Frauen und Männer				
FOS/BOS/Schillerschule	Do	18:30 - 20:00		Bauersfeld, Sabine
Konditionsgymnastik mit Musik				
VHS (ehem.Peterschule)	Mo	18:45 - 20:00		Girwidz, Gisela
Fitnessgymnastik f. Männer (Gymnastik, Sport + Spiele)				
Bechtolsheimer Hof	Di	17:45 - 19:15		Faltenbacher, Jürgen
David-Schuster-Schule	Do	18:00 - 19:30		Gothe, Hans Peter
Ausgleichsgymnastik-Wirbelsäule f. Sie + Ihn				
Bechtolsheimer Hof	Di	19:15 - 20:00		Kunkel, Ruth
FOS/BOS/Schillerschule	Do	18:30 - 19:15		van Aaken, Michael
Wassergymnastik - Aquafitness für alle / Adiposiv-Gruppen				
Franz-Oberthür-Sch.	Di	19:15 - 20:00		Gentner
Franz-Oberthür-Sch.	Do	18:15 - 19:15		
Senioren-sport				
DJK-Sportz.Halle 1	Do	9:30 - 10:30		Hofmann, Daniela
Peterschule/VHS	Di	17:00 - 18:15		Haas, Barbara
Eehaltenhaus /St. Nikolaus	Di	10:00 - 11:00		Hofmann, Daniela
1.2. Gesundheits- und Reha-Sport				
Lungensport (Teilnahme nur nach ärztl. Verordnung)				
DJK Sportz. Halle 2	Mo	18:30 - 19:15	Grundkurs	van Aaken, Michael
DJK Sportz. Halle 2	Mo	19:15 - 20:00	Sportgruppe	van Aaken, Michael
Herzsport (Teilnahme nur nach ärztl. Verordnung)				
DJK Sportz. Halle 2	Di	20:30 - 22:00		Ebert, Klaus
DJK-Sportz.Halle 1	Di	20:30 - 22:00		Weidner, Herbert



DJK Sportz. Halle 2	Do	20:15 - 21:45		van Aaken, Michael
Kurse				
Karate - Selbstverteidigungs-Kurs für Kinder / Jugendliche / auch für Nichtmitglieder				
Maxstr. 2 (MOZ) Turnhalle	Mi	17:00 - 17:45	ab 8 Jahre	Dömling, Jürgen
Kurseinstieg jederzeit möglich				
Nichtmitglieder auf Kursbasis dritteljährl. Jan- Ostern, Otern - bis Sommerferien, Sommerferien bis Dez. bis 14 Jahr 30 €, 14 - 18 Jahre 35 €. Bei Nichtmitgliedern können sich logischerweise Teilbeiträge ergeben, hierfür nehme ich bis 14 . 8 € und von 14 - 18 Jahre 9 € pro Monat.				
Nordic - Walking -Treff für Fortgeschrittene Sie und Ihn / nur für Mitglieder				
Treffpunkt DJK Sportz.	Mo	18:00 - 19:30	April - Oktober	Manfred Müller, Tel. 0931/413820
bitte vor Teilnahme Kontakt mit Herrn Müller aufnehmen				
Lauffreff für Frauen				
Treffpunkt n. Absprache	Mo	18:30 - 19:30		Herget, Marianne
Konditions-Gymn. im Sommer /Skigymnastik ab Oktober - Kurse für sie und Ihn / auch für Nichtmitglieder				
Zellerauer Schule	Do	20:00 - 21:30		Reddemann, Wolfgang
Nichtmitglieder: Kursgebühr 50 €				
11. Volleyball - h-mi@gmx.de - diese Gruppe ist eine geschlossene Gruppe - keine Anfänger und Freizeitspieler				
DJK Sportz. Halle 2	Di	19:00 - 20:30	Fortgeschrittene	Mitschka, Heinrich
Beachplatz Sommer	Di	19:00 - 20:30	Fortgeschrittene	Mitschka, Heinrich
Freizeit Badminton für Sie und Ihn - Theresa Hippelein				
DJK Sportz. Halle 2	Mo	20:00 - 20:45		N.N.
DJK Sportz. Halle 2	Mi	20:00 - 20:45		N.N.
DJK-Sportz.Halle 1	Mi	20:00 - 20:45		N.N.
2. Aikido -Abt.Leiter: Reinhart, Peter - reinhart@architektur-werkstatt.net				
DJK-Sportz.Halle 1	Mo	18:30 - 20:30	allgemeines Training	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Mo	20:30 - 21:30	Fortgeschrittene	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:30 - 21:30	allgemeines Training	Bieber, Stefan
DJK-Sportz.Halle 1	Fr	16:30 - 17:30	Kinder	Pfeuffer
DJK-Sportz.Halle 1	Fr	17:45 - 19:45	Fortgeschrittene	Weinläder, Helmut
DJK-Sportz.Halle 1	Fr	19:45 - 21:15	laido	Florenkowsky
3. Basketball - Dr. Martin Vocke -				
Dr.K.-Kroiß-Schule	Di	18:45 - 20:15	1. Damenmannschaft / U 17	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	17:45 - 19:15	1. Damenmannschaft / U 17	Dr. Vocke, Martin
David-Schuster-Schule	Fr	19:15 - 21:15	2. Damenmannschaft	Häusner, Sabine
Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 15 weibl. (Jahrgang 2002-2004)	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	15:00 - 16:30	U 15 weibl. (Jahrgang 2002-2004)	Dr. Vocke, Martin

Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 13 weiblich (Jahrgang 2004-2005)	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	16:15 - 17:45	U 13 weiblich (Jahrgang 2004-2005)	
Mittelschule Heuchelhof	Mi	18:30 - 20:00	U 11 weiblich (Jahrgang 2006-2009)	Dr. Vocke, Martin
Mittelschule Heuchelhof	Fr	16:15 - 17:45	U 11 weiblich (Jahrgang 2006-2009)	Dr. Vocke, Martin
4. Fußball - Hoch, Manfred - mhoch48@aol.com				
Zellerauer Schule	Mo	17:00 - 18:30	U 7	
Jakob-Stoll-Schule	Mi	16:00 - 17:45	U 9	
J.-Försch-Schule	Fr	16:30 - 18:00	U 11	
J.-Försch-Schule	Fr	18:00 - 20:00	U 13	
FKG	Do	20:00 - 21:30	Damen im Wechsel mit den Herren	
DJK Sportplatz	Mi	15:30 - 16:30	U 7	
	Mo + Mi	17:00 - 18:30	U 9	
	Mo + Mi	16:30 - 18:00	U11	
	Mo + Mi	17:00 - 18:30	U 13	
	Mo	18:00 - 19:30	U 17	
	Do	17:30 - 19:00	U 17	
	Mi	19:00 - 20:30	Herren	
	Fr	18:30 - 20:00	Herren	
	Di + Do	19:00 - 20:30	Damen	
Würzburger Fußball-Schule Michael Hochrein"				
DJK Sportz. Hpl	Di	16:00 - 17:30		M.Hochrein
5. Handball w - Placht, Stefanie - 0931/282589 // m - Hilpert, Stefan 0931/51256				
Siebold-Gymn 1.Stock	Mi	18:30 - 20:00	Freizeitgruppe Sie + Er	Niggl, D.
F.Koenig-Gymn.	Mi	20:00 - 21:30	Freizeitgruppe Herren	Hilpert, S.
6. Judo Anfänger + Fortgeschrittene (m + w) - Lang, Peter pietlong@web.de				
S.Oliver-Arena Nebenhalle	Mo	17:30 - 19:00	Schüler	Feist, Karin
S.Oliver-Arena Nebenhalle	Di	18:00 - 19:30	Schüler 6 - 14	Feist, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	17:30 - 19:00	Schüler 6 - 14	Feist, Karin / Schmid , Alexander
S.Oliver-Arena Nebenhalle	Di	19:30 - 21:00	Jugendl. / Erw. ab 15	Feist, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:00 - 20:30	Jugendl. / Erw. ab 15	Feist, Karin
Training in den Schulferien				
DJK-Sportz.Halle 1	Mo	19:00 - 20:30		Gabriel, Karin
DJK-Sportz.Halle 1	Do	19:00 - 20:30		Feist, Karin
7. Leichtathletik - Göbel, Harald - kontakt@wuerzburg-leichtathletik.de				

			Winterplan - 01. 10.2016 - 31.03.2017	
Sanderrasen	Di	18:00 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
DJK Sportzentrum	Do	18:30 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
Sanderrasen	Fr	18:00 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
			Sommerplan - 01.04. - 30.09.2017	
Sanderrasen	Di	18:00 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
Sanderrasen	Do	18:00 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
Sanderrasen	Fr	18:00 - 20:00	Jugend + Aktive	Göbel, H. / Riepel, A.
KiSS				
KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	16:15 - 17:00	KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)	Dani
DJK Sportgelände	Di	16:45 - 17:30	KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)	Laura
DJK Sportgelände	Mi	15:00 - 15:45	KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)	Laura
DJK Sportgelände	Mi	16:45 - 17:30	KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)	
Schillerschule	Do	15:15 - 16:00	KiSS Minis (1, 5 - 3 Jahre)	Daniel
KiSS Stufe 1 (3-4 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	15:15 - 16:15	KiSS Stufe 1	Dani
DJK Sportgelände	Mi	15:45 - 16:45	KiSS Stufe 1	Laura
Max Dauthendey Schule	Do	16:15 - 17:15	KiSS Stufe 1	Dani
KiSS Stufe 1+ (4-5 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 1 +	Laura
DJK Sportgelände	Di	16:30 - 17:30	KiSS Stufe 1 +	Dani
DJK Sportgelände	Do	14:30 - 15:30	KiSS Stufe 1 +	Laura
KiSS Stufe 2 (4, 5 - 6 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 2	Laura
DJK Sportgelände	Mo	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 2	Magi
DJK Sportgelände	Di	14:30 - 15:30	KiSS Stufe 2	Laura
DJK Sportgelände	Di	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 2	Dani
Schillerschule	Di	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 2	Daniel
DJK Sportgelände	Mi	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 2	Dani
DJK Sportgelände	Do	14:30 - 15:30	KiSS Stufe 2	Laura
DJK Sportgelände	Do	15:30 - 16:30	KiSS Stufe 2	Laura
Max Dauthendey Schule	Do	17:15 - 18:15	KiSS Stufe 2	Dani
DJK Sportgelände	Fr	14:15 - 15:15	KiSS Stufe 2	Dani
DJK Sportgelände	Fr	15:15 - 16:15	KiSS Stufe 2	Dani
KiSS Stufe 3 (6-8 Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	17:00 - 18:00	KiSS Stufe 3	Dani
FKG - LSB	Mo	17:00 - 17:45	KiSS Stufe 3	Magi
DJK Sportgelände	Di	15:30 - 16:30	KiSS Stufe 3	Laura
DJK Sportgelände	Di	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 3	Laura
Schillerschule	Di	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 3	Daniel

DJK Sportgelände - Outdoor	MI	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 3	Daniel
DJK Sportgelände - Outdoor	Mi	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 3	Daniel + Dani
DJK Sportgelände	Do	16:30 - 17:30	KiSS Stufe 3	Laura
Schillerschule	Do	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 3	Daniel
Franz-Oberthür.-Schule Schw.	Do	17:15 - 18:15	KiSS Stufe 3	Katha
KiSS Stufe 4 (8- 10Jahre)				
DJK Sportgelände	Mo	17:00 - 18:00	KiSS Stufe 4	Laura
DJK Sportgelände - Outdoor	Mi	15:00 - 16:00	KiSS Stufe 4	Daniel
DJK Sportgelände - Outdoor	Mi	16:00 - 17:00	KiSS Stufe 4	Daniel + Dani
DJK Sportgelände	Do	17:30 - 18:30	KiSS Stufe 4	Laura
Franz-Oberthür.-Schule Schw	Do	17:15 - 18:15	KiSS Stufe 4	Katha
KiSS Jugendclub (5./6. Klasse)				
DJK Sportgelände	Mo	18:00 - 19:00	KiSS Jugendclub	Laura
Kooperation (1.-4. Klasse)				
Bechtolsheimer Hof	Do	13:30 - 14:30	Kooperation	Dani
Bechtolsheimer Hof	Do	14:30 - 15:30	Kooperation	Dani
Goetheschule	Fr	13:30 - 14:30	Kooperation	Laura
8. Schwimmen - Reble, Bernhard -schwimmen@djkwuerzburgschwimmabteilung.de				
Wettkampf Aktive / Masters				
Nautiland	Mo	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.
F.Koenig-Gymn.	Di	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Back, M.
Nautiland	Mi	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.
F.Koenig-Gymn.	Do	18:00 - 20:00	Wettkampf Aktive /Masters	Back, M.
F.Koenig-Gymn.	Fr	17:00 - 18:30	Wettkampf Aktive /Masters	Reble, W.
Nachwuchsgruppen				
Nautiland	Mo	17:00 - 18:30	Nachwuchsgruppen	Reble, B. und U., Zillner, C.
		18:00 - 20:00	Nachwuchsgruppen	Reble,W.
F.Koenig-Gymn.	Di	17:00 -18:30	Nachwuchsgruppen	Reble, B. und U.
Nautiland	Mi	17:00 - 18:30	Nachwuchsgruppen	Reble, B.u.U, Hanisch, N.
		18:00 - 20:00	Nachwuchsgruppen	Reble,W.
F.Koenig-Gymn.	Do	17:00 - 18:30	Nachwuchsgruppen	Reble, B.u.U.
Zwergelgruppen				
Nautiland	Mo	17:00 - 18:15	Zwergelgruppen	Stöckel-Eckard, S., Zschau, S.
Nautiland	Mi	17:00 - 18:15	Zwergelgruppen	Barina,B., Mastio, M.
Schwimmkurse für Kinder				
Nautiland	Mo	16:45 - 18:00	Schwimmkurse	Ponnath, A. ,Wallrapp, S.
	Mo	18:30 - 19:45	Schwimmkurse	Reble, B. u. U.
Nautiland	Mi	16:45 - 18:00	Schwimmkurse	Pöhlmann, C., Ponnath, A.

	Mi	18:30 - 19:45	Schwimmkurse	Reble, B. u. U.
Schwimmkurse für Erwachsene				
F.Koenig-Gymn.	Fr	18:30 - 21:00	Schwimmkurse	Reble, B.
Technikkurse für Erwachsene				
F.Koenig-Gymn.	Fr	17:15 - 18:15	Technikkurse	Reble, W.
9. Tennis - Langenfeldt, Bernd berndla2001@web.de				
Mainaustraße		Wettkampfmansschaften		
		U 10 / U 12 / Herren "40" / Herren "65"		
		Freizeit- und Jugendtraining auf Anfrage		
		Info im Internet: www.tennis-wuerzburg.de		
Gerätturnen - Präventionskurse: Primärprävention im Bereich Kinder/Bewegung/Psychomotorik im verstehenden Ansatz nach Bernard Aucouturier - Ansprechpartnerin: Hutka, Astrid - astrid.hutka@t-online.de				
Präventionskurse - nur auf Voranmeldung				
DJK Sportz. Halle 2	Fr	14:00 - 15:00	3 - 4 jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		15:00 - 16:00	5-jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		16:15 - 17:15	6-jährige	Hösel, Oliver
DJK Sportz. Halle 2		17:30 - 18:30	7 - 8 jährige	Hösel, Oliver
Kursgeb. 85 € Mitgl., 105 € Nichtmitgl.				
Erlebnisturnen				
DJK Sportz. Halle 2	Sa	10:00 - 12:30	Erlebnisturnen - bis ca. 6 J	Hutka, Astrid & Team
DJK Sportz. Halle 2	Sa	12:30 - 15:00	Erlebnisturnen - ab ca. 7 J	Hutka, Astrid & Team
nur auf Anfrage				
			Nichtmitglieder	10er Karte 40 €
			DJK Mitglieder	10er Karte 10 €
Gruppenkarten auf Anfrage				
Spieltturnen + Gymnastik für Kinder				
Ferdinandeum	Do	16:15 - 17:00	3 - 4 J	Hösel, Oliver
Ferdinandeum	Do	17:00 - 17:45	5 - 6 J	Hösel, Oliver
Gerätturnen weiblich - Wettkampf / Olympischer Turnsport				
S.Oliver-Arena	Mo	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
S.Oliver-Arena	Di	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
DJK Sportz. Halle 2	Mi	17:30 - 20:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
S.Oliver-Arena	Do	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
S.Oliver-Arena	Fr	15:00 - 18:00	Mädch./Leistung	Linke, Andrea
Gerätturnen männlich - Wettkampf - olymp. Programm				
S.Oliver-Arena	Mo	16:00 - 18:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Do	16:00 - 18:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Mo	17:00 - 19:30	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team
S.Oliver-Arena	Fr + Sa	auf Vereinbarung	Buben / Leistung	Stöhr, Wolfgang & Team

