

Hallenplan der TSG Berlin Steglitz 1878 e.V.

15.05.2025

Abteilung	Kurz-Zeichen	Gruppe	Tag	Uhrzeit	Übungsstätte	Übungsleitung
Turnen						
Kinder	E+K 1	Eltern u. Kind (Kobolde)	Mi	17.00 - 18.00	Kopernikus-Oberschule (unten)	Petra Taube-Böhnke
	E+K 2	Eltern u. Kind (Krümel)	Fr	16.00 - 17.30	34. GS Sporthalle Plantagenstr. (Schmidt-Ott)	Petra Taube-Böhnke
	E+K 4	Eltern u. Kind	Do	16.00 - 17.00	34. GS Sporthalle Plantagenstr. (Schmidt-Ott)	Vivian Dietrich
	E+K 5	Eltern u. Kind	Do	17.00 - 18.00	34. GS Sporthalle Plantagenstr. (Schmidt-Ott)	Vivian Dietrich
	KK P	Purzel 4 - 6 J.	Mi	16.00 - 17.00	Kopernikus-Oberschule (unten)	Petra Taube-Böhnke
	KK SP	Spatzen 4-6 J.	Fr	16.00 - 17.30	34. GS Sporthalle Plantagenstr. (Schmidt-Ott)	Petra Taube-Böhnke
Mädchen	M4	Geräturnen Mädchen 6 - 10 J.	Di	16.30 - 18.00	34. GS Sporthalle Plantagenstr. (Schmidt-Ott)	Lisa-Marie Messinger
Knaben	MJ	Knaben, Junioren, Erwachsene	Fr	18.00 - 20.00	Herrmann-Ehlers-Oberschule (unten)	
Mädchen	LG	Turnen	Di	18.00 - 20.00	Kopernikus-Oberschule (oben)	Lucinda Heise und Eve Oesterreich
Pilates	Pil	Pilates für jedes Alter	Mo	19.00 - 20.00	Herrmann-Ehlers-Oberschule (unten)	Lisa-Marie Messinger
Gymnastik						
	3G	Frauen 30-65 Jahre	Di	19.30 - 21.00	Beethoven-OS (alt)	Angelika Jankowski
	4G	Frauen 50-85 Jahre	Di	18.30 - 20.00	Paulsen-OS	Angelika Jankowsky
	Workout	Aerobic, Problemzonengymnastik, Stretching i.	Mo	18.45 - 20.00	Paulsen-OS	Jana Seidel
	Aerobic	Aerobic	Mo	20.00 - 21.30	Herrmann-Ehlers-Oberschule (oben)	Nina Jarosch
	Fitness	Ausdauer und Fitness	Mo	18.00 - 19.00	Herrmann-Ehlers-Oberschule (unten)	Lisa-Marie Messinger
	RS	Rückenschule – Flexibar	Do	18.30 - 20.00	Beethoven-OS (alt)	Bärbel Frank
Yoga						
	Yo	Yoga + Entspannung Erwachsene	Mi	20.00 - 21.30	Kopernikus-Oberschule (unten)	Anne Siering
	Yo	Yoga + Entspannung Erwachsene	Do	18.00 - 19.30	Kopernikus-Oberschule (oben)	Claudia Marcelli
Rhönrad						
	R1	Anfänger	Mo	17.00 - 18.30	Wilhelm-Ostwald-Schule, oben	Jenny Rietdorf und Maria Ehmcke
	R2	Fortgeschrittene	Mo	10.30 - 20.00	Wilhelm-Ostwald-Schule, oben	Jenny Rietdorf und Maria Ehmcke
	R2	Fortgeschrittene	Fr	17.00 - 20.00	Wilhelm-Ostwald-Schule, oben	Jenny Rietdorf und Maria Ehmcke
Volleyball						
	VM	Männer	Do	20.00 - 21.30	Fichtenberg-OG (aussen)	Jens Rieger
Herzsport						
	C1	mit Arzt	Mi	18.00 - 20.00	Kopernikus-Oberschule (unten)	Angelika Matern-Grutzeck
	Z3/Z5	Zielgruppe ohne Arzt	Do	18.00 - 20.00	Kopernikus-Oberschule (unten)	Angelika Jankowsky
Schwimmen						
	S	Tiefwasser/Anfänger	Fr	16.00 - 17.00	Schwimmhalle Finckensteinallee	Danica Ullmann
	S	Fortgeschrittene	Fr	17.00 - 18.00	Schwimmhalle Finckensteinallee	Danica Ullmann
	Seepferd	Tiefwasser/Anfänger	Sa	12.00 - 13.00	SSH Sport- u. Lehrschwimmhalle Schöneberg	Lara Tönnishoff
	Seepferd	Fortgeschrittene	Sa	12.00 - 13.00	SSH Sport- u. Lehrschwimmhalle Schöneberg	Anna-Lotta Tönnishoff
	Seepferd	Anfänger/Lehrbecken	Sa	12.00 - 13.00	SSH Sport- u. Lehrschwimmhalle Schöneberg	Anna-Lotta Tönnishoff

Anschriften:

Schwimmhalle Finckensteinallee Finckensteinallee 63 12205 Berlin
SSH Sport- und Lehrschwimmhalle Schöneberg Sachsensdamm 11 10829 Berlin
Wilhelm-Ostwald-Schule Immenweg 6-10 12169 Berlin

Herrmann-Ehlers-Oberschule Elisenstr. 3-5 12170 Berlin	Beethoven-OS (alt) Dessastr. 49/51 12249 Berlin
Kopernikus-Oberschule Lepsiusstr. 24-28 12163 Berlin	Paulsen-OS Gritznerstr. 57/59 12163 Berlin
Schmidt-Ott-OS 34. GS Sporthalle Plantagenstr. 8-9 12169 Berlin	Zinnowwald-GS (unten) Wilskistr. 78-80 14163 Berlin