



Montag

Vormittags

08.30 - 09.30 Uhr	Frauengymnastik	Sporthalle TVP
10.00 - 10.45 Uhr	Step-Aerobic	Sporthalle TVP
10.00 - 11.00 Uhr	deepWORK®	PCV-Heim
10.00 - 11.15 Uhr	Yoga	Gymnastiksaal TVP
10.45 - 11.30 Uhr	Bauch - Beine - Po	Sporthalle TVP

Nachmittags

13.00 - 14.00 Uhr	Sport für Menschen mit Behinderungen	Sporthalle TVP
13.45 - 14.45 Uhr	Ballett 4 - 6 Jahre	Gymnastiksaal TVP
14.00 - 15.00 Uhr	Schwimmen Anfänger	Lehrschwimmbad Flachsmeer
14.00 - 15.00 Uhr	Sport für Menschen mit Behinderungen	Sporthalle TVP
14.45 - 15.45 Uhr	Ballett 6 - 8 Jahre	Gymnastiksaal TVP
15.30 - 16.30 Uhr	Schwimmen Bronze, Silber und Gold	Hallenbad Papenburg
15.45 - 17.00 Uhr	Geräteturnen 6 - 9 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
16.00 - 17.00 Uhr	Ballett 14 - 16 Jahre	Mühlenschule
16.00 - 18.30 Uhr	Leistungsturnen	Sporthalle Kleiststraße
16.30 - 17.30 Uhr	Judo für Kinder ab 6 Jahre	Kirchschule
16.30 - 17.30 Uhr	Schwimmen Bronze, Silber und Gold	Hallenbad Papenburg
17.00 - 18.00 Uhr	Ballspiele für Kinder ab 10 J.	Sporthalle Kleiststraße
17.00 - 21.30 Uhr	Kraftsport ab 15 Jahre	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße
17.15 - 19.00 Uhr	Riverdance ab 16 Jahre	Gymnastiksaal TVP
17.30 - 18.30 Uhr	Judo Jugendliche und Erwachsene	Kirchschule
17:45 - 18:45 Uhr	Indoor Cycling	Sporthalle TVP
17.45 - 18.45 Uhr	Tabata Workout	Sporthalle Kleiststraße
17.45 - 18.45 Uhr	Lungensport	Mühlenschule

Abends

18.00 - 19.00 Uhr	Herzsport ohne Verordnung	Sporthalle Kleiststraße
18.30 - 20.00 Uhr	Frauengymnastik	Mariengymnasium
18.30 - 22.00 Uhr	Boxen Kinder ab 10 J., Jugendl., Erw.	Kirchschule
18.45 - 20.00 Uhr	Coronarsport (Herzsport)	Sporthalle Kleiststraße
18:50 - 19:50 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Mühlenschule
19.00 - 20.00 Uhr	Zumba	Mariengymnasium
19.00 - 20.00 Uhr	Gymnastik und Tanz	Gymnastiksaal TVP
19.00 - 20.00 Uhr	Step-Aerobic	Sporthalle TVP
19.30 - 21.00 Uhr	Leichtathletik (nach Vereinbarung)	Waldstadion Sommer
20:00 - 21:00 Uhr	TV Strong	Sporthalle TVP
20.00 - 21.00 Uhr	Leichtathletik (nach Vereinbarung)	Sporthalle Kleiststraße Winter
20.00 - 21.00 Uhr	Trakour ab 13 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
20.00 - 21.30 Uhr	Karate und Selbstverteidigung Erwachsene	Mittelkanalschule
20.00 - 21.30 Uhr	Hip Hop ab 18 Jahre	Mühlenschule
21:00 - 22:00 Uhr	Aqua-Jogging	Hallenbad Papenburg
21.00 - 22.00 Uhr	Schwimmen Männer und Frauen	Hallenbad Papenburg



Dienstags

Vormittags

08.30 – 09.30 Uhr	Nordic-Walking	Volkspark Bokel (Sommer)
08.30 - 09.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Sporthalle TVP
09.00 - 10.00 Uhr	Nordic-Walking	Volkspark Bokel (Winter)
08.30 - 09.30 Uhr	Beckenbodengymnastik	Gymnastiksaal TVP
10:00 - 11:00 Uhr	Yoga auf dem Stuhl	Gymnastiksaal TVP
10.15 - 11.15 Uhr	Krafttraining für die Gesundheit	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße

Nachmittags

13.45 - 14.45 Uhr	Ballett 4 - 6 Jahre	Gymnastiksaal TVP
14.45 - 15.45 Uhr	Ballett 7 – 9 Jahre	Gymnastiksaal TVP
14.45 - 15.45 Uhr	Dance for Kids 4 - 6 Jahre	Sporthalle TVP
15.30 - 16.45 Uhr	Geräteturnen 6 - 9 Jahre	Waldschule
15.45 - 21.30 Uhr	Kraftsport Jugend ab 15 und Erwachsene	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße
16.00 - 17.00 Uhr	Ballett 10 – 13 Jahre	Kirchschule
16.00 - 17.00 Uhr	Kinderturnen 4 - 5 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
16.00 - 17.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Sporthalle Kleiststraße
16:45 – 18:15 Uhr	Trampolin Anfänger ab 5 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
17.00 - 18.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik für Kinder	Michaelschule - große Halle
17.00 - 18.00 Uhr	Ballett 14 – 16 Jahre	Kirchschule
17.00 - 18.30 Uhr	Leichtathletik U12/U10	Sporthalle Kleiststr. / Waldstadion
17.45 - 18.45 Uhr	Cardio and Bodyforming	Sporthalle Moorstraße
17.45 - 18.45 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastiksaal TVP

Abends

18.00 - 19.00 Uhr	Ballett 16 – 19 Jahre	Kirchschule
18.00 - 19.00 Uhr	Kung Fu 7 – 14 Jahre	Michaelschule – große Halle
18.00 - 19.30 Uhr	Karate Unterstufe	Mittelkanalschule
18.00 - 20.00 Uhr	Leichtathletik U14- U20	Sporthalle Kleistst. / Waldstadion
Ab 18:30 Uhr	Lauftreff Fortgeschrittene	Waldstadion Papenburg
18.30 - 19.45 Uhr	Tischtennis Kinder und Jugendliche	Sporthalle Kleiststraße
19.00 – 20.00 Uhr	Kung Fu ab 15 Jahre	Michaelschule – große Halle
19.00 - 20.00 Uhr	Frauengymnastik	Mariengymnasium
19:00 - 20:45 Uhr	Ju-Jutsu Erwachsene	Kirchschule
19.00 - 20.00 Uhr	Fitness Cocktail	Sporthalle TVP
19.10 - 20.10 Uhr	Stepptanz ab 16 Jahre	Berufsschule Gymnastikraum
19.30 - 21.00 Uhr	Karate Oberstufe	Mittelkanalschule
19.30 – 22.00 Uhr	Tischtennis Erwachsene	Sporthalle Kleiststraße
20.00 – 21.00 Uhr	Nichtschwimmerausbildung Frauen 10 x	Anmeldung Tel.: 0152 27943196
20.00 - 21.30 Uhr	Männersport	Mariengymnasium
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball Herren	Sporthalle Aschendorf
20.00 - 22.00 Uhr	Badminton Hobbyspieler + Turnierspieler	Sporthalle Kleiststraße
20.15 - 21.15 Uhr	Rücken meets Faszien	Sporthalle TVP
20.15 - 21.15 Uhr	T-Bo	Sporthalle TVP
21.00 - 22.00 Uhr	Wassergymnastik Frauen	Hallenbad Papenburg
21.00 - 22.00 Uhr	Schwimmen Frauen	Hallenbad Papenburg



Mittwochs

Vormittags

08.30 - 10.00 Uhr	Pilates und Entspannung	Sporthalle TVP
09.15 – 10.30 Uhr	Complete Body Workout	Gymnastiksaal TVP
10.00 - 11.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Mühlenschule
10.30 – 11.30 Uhr	Lungensport Hockergruppe	Sporthalle TVP
10.30 – 11.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastiksaal TVP

Nachmittags

13.45 - 14.45 Uhr	Ballett 4 - 6 Jahre	Gymnastiksaal TVP
14.00 - 15.00 Uhr	Schwimmen Anfänger und Bronze	Hallenbad Papenburg
14.45 - 15.45 Uhr	Ballett 7 – 9 Jahre	Gymnastiksaal TVP
15.00 - 16.00 Uhr	Jazz Dance Kids 4 - 6 Jahre	Sporthalle TVP
15.30 - 21.30 Uhr	Kraftsport ab 15 Jahre	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße
15.45 – 16.45 Uhr	Bambini-Turnen	Sporthalle Kleiststraße
15.45 - 17.30 Uhr	Leistungsturnen	Sporthalle Kleiststraße
16.00 - 17.00 Uhr	Jazz Dance Kids 7 - 9 Jahre	Sporthalle TVP
16.00 - 17.00 Uhr	Ballett 9 – 11 Jahre	Mühlenschule
16.00 - 17.15 Uhr	Frauengymnastik	Gymnastiksaal TVP
16.00 - 18.30 Uhr	Boxen Kinder ab 10 J. / Jugendl.	Kirchschule
16:45 - 17:45 Uhr	Kinderturnen 4 - 5 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
17.00 - 18.00 Uhr	Ballett 14 – 17 Jahre	Mühlenschule
17.00 - 18.30 Uhr	Inliner-Treff Jugendliche	Michaelschule - große Halle
17:30 - 18:30 Uhr	Hot Iron ®	Sporthalle TVP
17.30 – 18.45 Uhr	Trakour 9 – 12 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
17:45 - 18:45 Uhr	Dance for Kids 10 - 14 Jahre	Mittelkanalschule

Abends

18.00 – 19.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastiksaal TVP
18:00 - 19:00 Uhr	Breakdance ab 13 J. Anfänger	Mühlenschule
18.15 – 19.15 Uhr	Osteoporose-Sport	Lukasheim Bewegungsraum
18.30 – 22.00 Uhr	Boxen Jugendl., Erw. Fortgeschrittene	Kirchschule
Ab 18:30 Uhr	Laufftreff Anfänger	Waldstadion
18.45 - 20.00 Uhr	Trakour ab 13 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
19.00 - 20.00 Uhr	Breakdance ab 13 J. Fortgeschrittene	Mühlenschule
19.00 - 20.00 Uhr	Step-Aerobic	Sporthalle TVP
19.00 – 20.00 Uhr	deepWORK®	Gymnastiksaal TVP
19.30 – 21.00 Uhr	Qigong	Bewegungsraum Lukasheim
20.00 – 21.15 Uhr	Yoga	Mühlenschule
20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball Hobby Mixed	Sporthalle Kleiststraße
20.15 - 21.15 Uhr	Zumba Fitness	Sporthalle TVP



Donnerstags

Vormittags

09.00 - 10.00 Uhr	Senioren-sport	Sporthalle TVP
09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastiksaal TVP
10.15 - 11.15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Sporthalle TVP

Nachmittags

13.45 - 14.45 Uhr	Ballett 4 - 6 Jahre	Gymnastiksaal TVP
14.30 - 15.30 Uhr	Dance for Kids 4 - 6 Jahre	Sporthalle TVP
14.45 - 15.45 Uhr	Ballett 7- 9 Jahre	Gymnastiksaal TVP
15.30 - 17.00 Uhr	Inliner-Treff Kinder / Anfänger	Michaelschule - große Halle
16.00 - 17.00 Uhr	Frauengymnastik	Gymnastiksaal TVP
16.00 - 17.00 Uhr	Ballett 6 – 8 Jahre	Mühlenschule
16.00 – 17.00 Uhr	Leichtathletik U 8	Sporthalle Kleiststr. / Waldstadion
16.15 – 17.15 Uhr	Dance for Kids 7 - 10 Jahre	Michaelschule - kleine Halle
16.15 – 17.30 Uhr	Geräteturnen 6 - 9 Jahre	Mariengymnasium
16.30 – 17.15 Uhr	Kung Fu 7 – 14 J. Anfänger / Weiß-Gurte	Sporthalle TVP
16.30 – 17.30 Uhr	Judo Kinder ab 6 Jahre	Kirchscheule
17.00 - 18.00 Uhr	Ballett 12 – 15 Jahre	Mühlenschule
17:00 - 18:00 Uhr	Breakdance ab 13 J. Anfänger	Dieckhausschule
17.00 - 18.30 Uhr	Ju-Jutsu ab 9 Jahre	Mariengymnasium
17.00 – 18.30 Uhr	Leichtathletik U12 / U10	Sporthalle Kleiststr. / Waldstadion
17.00 – 21.30 Uhr	Kraftsport Jugend ab 15 und Erwachsene	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße
17:15 - 18:00 Uhr	Kung Fu 7 - 14 J. ab Gelb-Gurte	Sporthalle TVP
17:30 – 18:30 Uhr	Judo Jugendliche und Erwachsene	Kirchscheule
17.30 – 18.45 Uhr	Geräteturnen ab 10 Jahre	Mariengymnasium
17.45 - 19.15 Uhr	Trampolin Fortgeschrittene	Sporthalle Kleiststraße

Abends

ab 18:00 Uhr	Boule (ab 01.04.)	Anlage Tannenstr.
18.00 - 19.00 Uhr	Ballett 15 – 17 Jahre	Mühlenschule
18.00 - 19.00 Uhr	Lungensport	Dieckhausschule
18:00 - 19:00 Uhr	Fitness-Cocktail	Sporthalle TVP
18.00 - 20.00 Uhr	Volleyball 2. Damen	Sporthalle Aschendorf
18.00 - 20.00 Uhr	Leichtathletik U14 – U20	Sporthalle Kleiststr. / Waldstadion
19.00 - 20.00 Uhr	Zumba Fitness	Sporthalle TVP
19.00 – 20.00 Uhr	Ballett 17 – 19 Jahre	Mühlenschule
19.00 - 20.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastiksaal TVP
19.00 - 20.30 Uhr	Mollig und Mobil	Dieckhausschule
19:30 - 21:15 Uhr	Ju-Jutsu Erwachsene bis Ende April	Kirchscheule
20.00 – 21.30 Uhr	Kung Fu ab 15 Jahre	Berufsschule Gymnastikraum
20.00 - 21.30 Uhr	Showtanz Frauen	Mühlenschule
20.00 - 21.30 Uhr	Völkerball Frauen ab 16 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
20.00 – 21.45 Uhr	Ju-Jutsu Erwachsene ab Mai	Kirchscheule
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball 1. Damen	Sporthalle Aschendorf
20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball Herren	Sporthalle Aschendorf
20.00 - 22.00 Uhr	Badminton Hobby-Spieler	Sporthalle Kleiststraße
20.15 - 21.15 Uhr	Pilates	Gymnastiksaal TVP
20.15 – 21.15 Uhr	Complete Body Workout	Sporthalle TVP



Freitags

Vormittags

08.30 – 09.15 Uhr	Zumba Fitness	Sporthalle TVP
09:15 – 10:00 Uhr	Complete Body Workout	Sporthalle TVP
10:00 - 11:00 Uhr	Hot Iron ®	Sporthalle TVP

Nachmittags

13.30 – 14.30 Uhr	Rehasport für Kinder 5 - 7 Jahre	Michaelschule - kleine Halle
13.45 - 14.45 Uhr	Ballett 4 - 6 Jahre	Mühlenschule
14.00 – 16.45 Uhr	Schwimmen Anfänger	Lehrschwimmbad Flachsmeer
14.30 – 15.30 Uhr	Rehasport für Kinder ab 8 – 12 Jahre	Michaelschule - kleine Halle
14.45 - 15.45 Uhr	Ballett 7 – 10 Jahre	Mühlenschule
15.45 - 16.45 Uhr	Kinderturnen 4 - 5 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
15.45 - 16.45 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Sporthalle Kleiststraße
15.45 - 16.45 Uhr	Ballett 14 – 17 Jahre	Mühlenschule
15.45 – 16.45 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Michaelschule - kleine Halle
16.45 – 18.15 Uhr	Volleyball ab 9 Jahre	Sporthalle Kleiststraße
16.45 - 21.30 Uhr	Kraftsport ab 15 Jahre	Kraftraum Sporthalle Kleiststraße
17.00 - 18.00 Uhr	Ballett ab 18 Jahre	PCV-Heim Burenweg
17.00 - 18.00 Uhr	Karate Bambini 4 – 6 Jahre	Mittelkanalschule
17.00 - 18.30 Uhr	Badminton Kinder ab 10 J.	Sporthalle Kleiststraße
17.45 - 18.45 Uhr	Indoor Cycling	Sporthalle TVP

Abends

18.00 – 19.00 Uhr	Karate Unterstufe	Mittelkanalschule
18.00 - 19.30 Uhr	Gardetanz ab 16 Jahre	PCV-Heim Burenweg
18.00 - 20.00 Uhr	Leichtathletik Stadion (nach Vereinbarung)	Waldstadion
18.30 - 20.00 Uhr	Basketball U 16	Michaelschule - große Halle
18.30 - 20.00 Uhr	Badminton Jugendliche	Sporthalle Kleiststraße
19:00 - 20:00 Uhr	HIIT High Intensity Intervall Training	Gymnastiksaal TVP
19.00 - 20.30 Uhr	Karate Oberstufe	Mittelkanalschule
19.00 - 21.00 Uhr	Männersport (ca. 01.05. - 31.08.)	Sportplatz Michaelschule
19.30 - 22.00 Uhr	Tischtennis Punktspiele	Sporthalle Kleiststraße
20.00 - 22.00 Uhr	Männersport (ca. 01.09. - 30.04.)	Michaelschule - große Halle
20.00 – 22.00 Uhr	Volleyball Hobby-Mixed	Sporthalle Kleiststraße
20.00 - 22.00 Uhr	Badminton Turnierspieler	Sporthalle Kleiststraße
20:15 – 22:00 Uhr	Standard- u. Lateinamerik. Paartanz	Sporthalle TVP



TURNVEREIN
PAPENBURG e.V.
unser Sport verbindet!

Samstags

Vormittags

08.30 - 09.15 Uhr	Wassergymnastik	Hallenbad Papenburg
08.30 – 10.00 Uhr	Schwimmen Frauen und Männer	Hallenbad Papenburg

Nachmittags

14.30 – 17.00 Uhr	Boxen Kinder ab 10 J., Jugendl., Erw.	Kirchscheule
16.00 - 17.30 Uhr	Karate ab 5 Jahre	Pestalozzischeule

Sonntags

Vormittags

10.00 - 12.00 Uhr	Hobbyfußball (ca. 01.05. - 30.09.)	Sportplatz Michaelscheule (Sommer)
10.00 - 12.00 Uhr	Hobbyfußball (ca. 01.10. - 30.04.)	Pestalozzischeule (Winter)