

Trainingsplan TSV Wolfratshausen Turnabteilung, Stand 01.01.2026								
Trainingsgruppe	Alter (Jahre)	Wochentag	Beginn	Ende	Ort	Übungsleiter*innen	Kontakt	Hinweise
<b>Fitness und Gesundheit</b>								
HIIT - High Intensity Interval Training	Alle	Montag	18:00	19:00	Sporthalle der Realschule Wolfratshausen	Christina Wienhold	01573 7859134	
Zumba	Alle	Montag	19:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Reni Vasileva	0173 4680651	
Fitnessstraining im Freien	ab 40	Montag	18:00	19:30	Isar-Loisach-Stadion	Peter Hierl	08171 21032	April bis Oktober
Fitness für Männer	ab 40	Montag	20:00	21:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Peter Hierl	08171 21032	November bis März
QiGong	Alle	Dienstag	16:00	17:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Gerd Ullmann	08177 12 60	
Funktionelle Fitness für Frauen und Männer	Alle	Mittwoch	19:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Anton Gerl	+49 1590 1779991	
<b>Turnen Kleinkinder</b>								
Eltern - Kind - Turnen	2 bis 4	Montag	15:45	16:45	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Bärbel Widmann	0170 8661922	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden
Eltern - Kind - Turnen	2 bis 4	Dienstag	15:30	16:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Johanna Reiser, Melanie Graf	0178 8056215	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden
Eltern - Kind - Turnen	2 bis 3	Mittwoch	09:25	10:25	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Stephanie Rid	0179 7004755	
Turnen Kleinkinder	3 bis 6	Montag	17:00	18:00	Sporthalle der Realschule Wolfratshausen	Birgit Kneuer	08171 72925	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden
<b>Turnen Mädchen</b>								
Kinderturnen Waldram	5 bis 7	Freitag	15:00	16:15	Schulturnhalle Waldram	Myriam Partisch (DJK Waldram)	0173 5286633	Warteliste! Gemeinsames Angebot DJK Waldram / TSV Wolfratshausen
Kinderturnen Waldram	7 bis 10	Dienstag	17:00	18:30	Schulturnhalle Waldram	Myriam Partisch (DJK Waldram)	0173 5286633	Warteliste! Gemeinsames Angebot DJK Waldram / TSV Wolfratshausen
Kinderturnen Waldram	7 bis 11	Freitag	15:00	17:00	Schulturnhalle Waldram	Myriam Partisch (DJK Waldram)	0173 5286633	Warteliste! Gemeinsames Angebot DJK Waldram / TSV Wolfratshausen
Turnen Mädchen	6 bis 8	Montag	16:30	18:00	Sporthalle der Realschule Wolfratshausen	Christiane Müller	0162 9825315	
Turnen Mädchen	5 bis 9	Mittwoch	16:30	18:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Katrin Weber	<a href="mailto:mittwochturnen@web.de">mittwochturnen@web.de</a>	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmerinnen aufgenommen werden
Turnen Mädchen	8 bis 10	Dienstag	15:30	17:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Christiane Müller	0162 9825315	
Turnen Mädchen Breitensport	11 bis 14 Jg. 2010-2013	Mittwoch	16:30	18:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Martina Klostermeier, Vroni Holbein	0176 82008361	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden
Turnen Mädchen Wettkampfminis	Jg. 2015-2017	Dienstag	16:00	17:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Andrea Winkler	0177 7468207	Warteliste, derzeit können keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden
		Mittwoch	16:30	18:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen			
Turnen Mädchen Wettkampf	Jg. 2011-2013	Dienstag	17:00	18:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Fiona Winkler	0177 7468207	Neuaufnahme nur mit Wettkampferfahrung
		Mittwoch	17:30	19:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen			
Turnen Mädchen Nachwuchs-WK	Jg. 2014-2015	Dienstag	16:30	18:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Johanna Pechtl, Anna Francke	<a href="mailto:johanna.pechtl@gmx.de">johanna.pechtl@gmx.de</a>	Neuaufnahme nur mit Wettkampferfahrung
		Mittwoch	16:30	18:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen			
Turnen Mädchen P-Übungen Master	13 bis 15	Dienstag	17:30	19:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Luisa Ebel, Laura Behrends	0177 7468207	Neuaufnahme nur mit Wettkampferfahrung
		Freitag	18:30	20:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen			
Turnen Mädchen P-Übungen Master	Jg. 2008-2010	Mittwoch	18:15	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Beate Kaiser	<a href="mailto:bat-kaiser@gmx.de">bat-kaiser@gmx.de</a>	aktuell keine Neuaufnahme
		Freitag	19:00	21:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen			
Turnen Mädchen P-Übungen Master	10 bis 16	Dienstag	18:15	20:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Maria Müller	0177 3436176	

Turnen Mädchen P-Übungen Basis	11 bis 18	Dienstag	18:15	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Christiane Müller	0162 9825315	
Turnen Mädchen P-Übungen Basis	Jg. 2010-2014	Mittwoch	16:30	18:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Tanja Riedl, Beate Kaiser	0157 37858704	aktuell keine Neuaufnahme
Turnen Mädchen P-Übungen Basis	12 bis 15	Freitag	18:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Anna Guter, Carolin Jantsch	0151 5247061	
<b>Turnen Buben, Erwachsene (Männer /Frauen)</b>								
Turnen Buben	6 bis 9	Mittwoch	17:00	18:30	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Sebastian Opitz	0176 70009353	
Turnen Buben	8 bis 13	Freitag	18:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Sylvain Rid, Joachim Pechtl	0176 70068031	
Turnen Buben Wettkampfgruppe	11 bis 17	Dienstag	18:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Gehard Schilder, Stefan Kieslinger	0157 31451160	
		Freitag	18:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Vitus Schmidt, Sylvain Rid	0176 70068031	
Turnen Männer und Frauen	ab 18	Freitag	20:00	22:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Nicole Bauer, Vitus Schmidt, Sylvain Rid	0157 35596063	
<b>Parkour, Basketball, Zirkuswelt, Tanzen</b>								
Parkour	8 bis 16	Freitag	18:00	20:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Niklas Lühr Philipp von Unold	0152 22768832	
Basketball	ab 14	Freitag	20:15	22:00	3-fach Turnhalle Wolfratshausen	Florian Knab	0172 8987810	
Zirkuswelt	8 bis 14	Mittwoch	16:15	17:45	Sporthalle der Realschule Wolfratshausen	Solomon Solgit	<a href="mailto:jugendhaus@jugend-wolfratshausen.de">jugendhaus@jugend- wolfratshausen.de</a>	Kooperationsprojekt mit dem Kinder- und Jugendförderverein
Tanzen für Kinder	6 bis 10	Donnerstag	16:30	17:30	Bewegungsraum der HEP-Schule Wolfratshausen	Laura Winklmeier	0176 39208049	