

Das aktuelle Sportangebot des MTV-Jever von 1862 e.V. (Stand: 14.05.2012)



" top - fit " Fitness - Center

Fachvorstand: Jan Unger	Telefon: 01522-9204579 oder 04461-4999
Info und Termine	Telefon: 04461 - 700286

Öffnungszeiten	inkl. Minitrainings im Mattenbereich
Montag bis Freitag	Mo. - Fr. 10.00 Uhr & 19.30 Uhr
9.00 - 11.30 & 14.00 - 22.00	Sa. - So. 11.00 Uhr
Samstag und Sonntag	mit den Schwerpunkten:
10.00 - 13.00	Bauch / Rücken / BOP / Rückentraining

Indoor Cycling

Ansprechpartner Stefan Thrun	Telefon: 0176-64824222
Indoor Cycling	Mo. 18.00 - 19.00 Martina Poppen "top-fit"
Indoor Cycling	Mo. 19.00 - 20.00 Martina Poppen "top-fit"
Indoor Cycling	Mi. 18.00 - 19.00 Martina Poppen "top-fit"
Indoor Cycling	Mi. 19.00 - 20.00 Martina Poppen "top-fit"
Indoor Cycling	Fr. 18.00 - 19.00 Kira Wagner "top-fit"

Aerobic

Fachvorstand: Jana Rabsztny	Telefon: 04461-909296
Pilates	Mo. 10.00 - 11.00 Johanne Rehberg " top - fit "
Step Aerobic	Mo. 18.00 - 19.00 Sven Böhme " top - fit "
Bodyweight Training	Mo. 19.00 - 19.45 Jana Rabsztny " top - fit " kleine Halle
Bodynetics	Mo. 19.00 - 20.00 Elke Braun " top - fit "
Bodystyling	Di. 18.30 - 19.30 Jana Rabsztny " top - fit "
Hot-Iron (Einsteiger)	Di. 19.30 - 20.30 Jana Rabsztny " top - fit "
Dance & Move (6 - 12 J.)	Mi. 17.30 - 18.30 Katja Herrmann " top - fit "
Top - Fit	Mi. 19.00 - 20.00 Elke Braun " top - fit "
Hot-Iron (Fortgeschrittene)	Do. 18.00 - 19.00 Jana Rabsztny " top - fit "
Fit Kick	Do. 19.00 - 20.00 Sven Böhme " top - fit "
Pilates-Anfänger	Do. 18.00 - 19.00 Silke Sarstedt " top - fit " kleine Halle
Pilates	Do. 19.00 - 20.00 Silke Sarstedt " top - fit " kleine Halle
Fit and Slide	So. 11.00 - 12.00 Elke Braun " top - fit "

Drums Alive

Fachvorstand: Jana Rabsztny	Telefon: 04461-909296
Drums Alive	Mi. 18.00 - 19.00 Johanne Rehberg " top - fit "

Zumba

Fachvorstand: Jana Rabsztny	Telefon: 04461-909296
Zumba	Di. 17.30 - 18.30 Daniela Polter " top - fit "
Zumba	Mi. 20.00 - 21.00 Daniela Polter " top - fit "
Zumba Special	Fr. 19.30 - 20.30 Carolina Rodriguez/Chavy Baro " top - fit "

Gesundheitssport

Fachvorstand: Jürgen Dankwardt	Telefon: 04461-5241
Reha: Funktionstraining & Beratung	Mo. 16.00 - 17.00 Jürgen Dankwardt "top - fit"
Reha: Wirbelsäulengymnastik	Mo. 17.00 - 18.00 Jürgen Dankwardt "top - fit"
Präventionssport f. Frauen	Mo. 20.00 - 21.00 Magdalene Lücken "top - fit"
Reha: Wirbelsäulengymnastik	Di. 09.00 - 10.00 Jürgen Dankwardt "top - fit"
Reha: Seniorensport u.- gymnastik (ab 50 J.)	Di. 10.00 - 11.00 Gabi Penshorn "top - fit"
Reha: Wirbelsäulengymnastik	Di. 18.30 - 19.15 Nicole Picard Paul-Sillus-Schule
Reha: Wirbelsäulengymnastik	Di. 19.15 - 20.00 Nicole Picard Paul-Sillus-Schule
Präventionssport f. Frauen	Do. 09.30 - 10.30 Magdalene Lücken "top - fit"
Reha: Osteoporose	Do. 10.30 - 11.30 Magdalene Lücken "top - fit"
Reha: Rhythmische Wirbelsäulengymnastik	Do. 17.00 - 18.00 Rolf Seifert "top - fit"
Walking/Nordic Walking	Do. 19.15 - 20.15 Klaus Groh Harlinger Weg
Reha: Seniorentanz u.- gymnastik (ab 50 J.)	Fr. 14.00 - 15.00 Gabi Penshorn "top - fit"
Präventive Wirbelsäulengymnastik	Fr. 17.00 - 18.00 Rita Waleczek "top - fit"
Walking/Nordic Walking	Mo., Mi., Fr. 08.30 - 09.30 Rita Waleczek Addernhausen

Yoga

Fachvorstand: Jana Rabsztny	Telefon: 04461-909296
Yoga	Mo. 20.00 - 21.30 Hannelore Bitzmann " top - fit " kleine Halle
Yoga	Di. 09.00 - 10.30 Hannelore Bitzmann " top - fit " kleine Halle
Yoga	Di. 18.00 - 19.30 Hannelore Bitzmann " top - fit " kleine Halle
Yoga	Mi. 19.00 - 20.30 Hannelore Bitzmann " top - fit " kleine Halle

Teilnahme Yoga nur mit vorheriger Anmeldung bei Hannelore Bitzmann unter 84506

Tennis

Fachvorstand: Claudia Klinkert	Telefon: 04461-9170453
Kinder- und Jugendtraining: Branimir Nekić	Telefon: 0170-2159459

4 Hallenplätze, 8 Außenplätze in der Karl-Peters-Str. 2, 26441 Jever
 Informationen u. Platzreservierung über die Geschäftsstelle Tel. 04461-4999
 oder über " MTV - Treff ", Tel. 04461-4888
 Tennisunterricht: Branimir Nekić Tel.: 0170-2159459

Turnen

Fachvorstand: Jeanette Weigert	Telefon: 04425-9737666
Turnen für Mädchen (ab 6 J.)	Mo. 17.00 - 18.30 Siglinde Hufnagel Mendelssohnhalle MG
Gymnastik für Frauen	Mo. 17.00 - 18.00 Heike Ruppert Paul-Sillus-Schule
Gymnastik für Frauen	Mo. 19.30 - 21.00 Iris Rieken Harlinger Weg
Fitness für Sie und Ihn	Mo. 19.30 - 21.30 Uwe Quedens Mendelssohnhalle MG
Turnen Eltern und Kind (ab 2 J.)	Di. 16.00 - 17.00 Anja Petzsch Harlinger Weg
Turnen für Kinder (ab 4 J.)	Di. 17.00 - 18.00 Anja Petzsch Harlinger Weg
Turnen Eltern und Kind (ab 2 J.)	Mi. 16.00 - 17.00 Nicole Picard Harlinger Weg
Gymnastik für Frauen	Mi. 19.30 - 20.30 Waltraud Rohlf's Paul-Sillus-Schule
Mama Fit mit Baby (2.-12. Monate)	Do. 09.30 - 10.30 Jeanette Weigert "top - fit"
Kinderturnen (ab 6 J.)	Do. 17.00 - 18.30 Siglinde Hufnagel Harlinger Weg
Männerfitness	Do. 20.00 - 22.00 Siegfried Schimkus Mendelssohnhalle MG
Fitnessgymnastik für Frauen	Do. 19.30 - 20.30 Heike Ruppert Harlinger Weg
Einradfahren	Fr. 16.00 - 18.00 Zschachl./Gemeinh. Mendelssohnhalle MG
Kinderturnen (4 - 5 J.)	Fr. 16.00 - 17.00 Jennifer Hufnagel Harlinger Weg
Mädchenturnen (ab 10 J.)	Fr. 17.30 - 19.00 Jennifer Hufnagel Harlinger Weg

Volleyball

Fachvorstand: Ulrich Hoffmann	Telefon: 04461-71408
Jugend Mixed	Mo. 18.30 - 20.00 Ulrich Hoffmann Mendelssohnhalle MG
Jugendliche Anfänger (ab 13 J.)	Di. 18.30 - 20.00 Anne Janssen Mendelssohnhalle MG
1. Damen	Di. 18.30 - 21.00 Volker Preuß Mendelssohnhalle MG
Hobbygruppe Mixed	Di. 20.00 - 22.00 Ulrich Hoffmann Mendelssohnhalle MG
Freizeitgruppe Damen	Mi. 20.00 - 22.00 Elisabeth Haberditzl Mendelssohnhalle MG
Jugend Mixed	Do. 18.00 - 20.00 Ulrich Hoffmann Mendelssohnhalle MG
1. Damen	Do. 19.00 - 21.00 Volker Preuß Mendelssohnhalle MG
Jugendliche (ab 13 J.)	Fr. 18.00 - 19.30 Anne Janssen Mendelssohnhalle MG
Freizeitgruppe Mixed	Fr. 19.30 - 22.00 Volker Klein Mendelssohnhalle MG

Beachvolleyball in den Sommermonaten
 Trainingszeiten / Buchung auf Anfrage Gerätepark

Judo

Fachvorstand: Herbert Schneider	Telefon: 04426-991239
Judo Anfänger w/m (5-10 J.)	Di. 17.00 - 18.30 Schneider/Gerlach Mendelssohnhalle MG
Judo Fortgeschrittene w/m (11-15 J.)	Di. 18.30 - 20.00 Schneider/Gerlach Mendelssohnhalle MG
Judo Erwachsene	Di. 20.00 - 21.30 Herbert Schneider Mendelssohnhalle MG
Judo Anfänger w/m (5-10 J.)	Do. 17.00 - 18.30 Schneider/Gerlach Mendelssohnhalle MG
Judo Fortgeschrittene w/m (11-15 J.)	Do. 18.30 - 20.00 Schneider/Gerlach Mendelssohnhalle MG
Judo Erwachsene	Do. 20.00 - 21.30 Herbert Schneider Mendelssohnhalle MG



Handball - Weiblicher Bereich

Fachvorstand: Christian Janssen		Telefon: 04461-960047	
Jugend F1	Mo. 16.00 - 17.30	Graalfs/Karstens	Jahnhalle
Jugend A (17+18 J.)	Mo. 18.30 - 20.00	Andreas Meinke	Jungfernbusch
Jugend D 2	Di. 16.00 - 17.30	Swoch/Scharfenberger	Jahnhalle
Jugend C 1	Di. 16.00 - 17.30	Barbara Staszewski	Jahnhalle
Jugend C 2	Di. 16.30 - 18.00	Köhrmann/Cassens	Jungfernbusch
Jugend D 1	Di. 17.00 - 18.30	Waters/König	Beethovenhalle
Jugend E 2	Di. 17.00 - 18.30	Hard/Gawenda	Gymnasium
Jugend B	Di. 18.00 - 20.00	Barbara Staszewski	Jungfernbusch
1. Damen	Di. 20.30 - 22.00	Dröge/Graalfs	Jahnhalle
2. Damen	Mi. 19.00 - 20.30	Axel Behrens	Jahnhalle
3. Damen ü 35	Mi. 20.00 - 21.30	Leo Gluszczynski	Jungfernbusch
Minis 1 (5-7 J.)	Do. 15.00 - 16.00	Graalfs/Janßen	Jahnhalle
Minis 2 (5-7 J.)	Do. 16.00 - 17.00	Graalfs/Janßen	Jahnhalle
Handballzwerge (3+4 J.)	Do. 15.00 - 16.00	Siglinde Hufnagel	Dannhalm
Jugend E 1	Do. 16.00 - 17.30	Wilke/Reelfs	Jungfernbusch
Jugend D 2	Do. 16.30 - 18.00	Swoch/Scharfenberger	Gymnasium
1. Damen	Do. 19.00 - 20.30	Dröge/Graalfs	Jahnhalle
Jugend C1 (13+14 J.)	Fr. 15.00 - 16.30	Barbara Staszewski	Jahnhalle
Jugend B	Fr. 16.30 - 18.00	Barbara Staszewski	Jahnhalle
2. Damen	Fr. 19.00 - 20.30	Axel Behrens	Dannhalm
Jugend F2	Fr. 14.30 - 16.00	Keib/Janßen	Dannhalm

Handball - Männlicher Bereich

Fachvorstand: Christian Janssen		Tel: 04461-960047	
Jugendtraining: Carsten Janßen		Tel: 04461-72161	
Jugend F1	Mo. 16.00 - 17.30	Graalfs/Karstens	Jahnhalle
5. Herren	Mo. 19.00 - 20.30	Leo Gluszczynski	Bundeswehr
Oldieliga	Mo. 20.30 - 22.00	Leo Gluszczynski	Bundeswehr
Jugend C2 (13+14 J.)	Mo. 17.00 - 18.30	Kluge/Folkers	Jungfernbusch
Jugend A	Mo. 17.30 - 19.00	Schum./Neck./Graalfs	Jahnhalle
Jugend B (15+16 J.)	Di. 17.30 - 19.00	Hoffrogge/Meinke	Jahnhalle
1. Herren	Di. 19.00 - 20.30	Dirks/Dankwardt	Jahnhalle
2. Herren	Di. 20.00 - 22.00	Reiner Schumacher	Beethovenhalle
4. Herren	Di. 20.00 - 21.30	Jens Hoffrogge	Jungfernbusch
Jugend C1 (13+14 J.)	Mi. 17.30 - 19.00	Jakumeit/Janßen	Jahnhalle
Jugend A	Mi. 18.00 - 20.00	Schum./Neck./Graalfs	Beethovenhalle
3. Herren	Mi. 20.30 - 22.00	Gerd Bargen	Jahnhalle
Minis 1 (5-7 J.)	Do. 15.00 - 16.00	Graalfs/Janßen	Jahnhalle
Minis 2 (5-7 J.)	Do. 16.00 - 17.00	Graalfs/Janßen	Jahnhalle
Handballzwerge (3+4 J.)	Do. 15.00 - 16.00	Siglinde Hufnagel	Dannhalm
Jugend D 2	Do. 16.30 - 18.00	Leo Gluszczynski	Beethovenhalle
Jugend B (15+16 J.)	Do. 17.30 - 19.00	Hoffrogge/Meinke	Jahnhalle
Jugend E 2	Do. 17.30 - 19.00	Janßen/Bergmann	Jungfernbusch
Jugend C 2	Do. 19.00 - 20.30	Kluge/Folkers	Jungfernbusch
2. Herren	Do. 20.00 - 22.00	Reiner Schumacher	Beethovenhalle
1. Herren	Do. 20.30 - 22.00	Dirks/Dankwardt	Jahnhalle
4. Herren	Do. 20.30 - 22.00	Jens Hoffrogge	Jungfernbusch
Jugend F2	Fr. 14.30 - 16.00	Keib/Janßen	Dannhalm
Jugend D1 (11+12 J.)	Fr. 16.00 - 17.30	Brünagel/Brünagel	Dannhalm
Jugend C1	Fr. 17.30 - 19.00	Jakumeit/Janßen	Bundeswehr
Jugend E1	Fr. 17.30 - 19.00	Schimkus/Pockrand	Dannhalm
Jugend A	Fr. 18.00 - 20.00	Schum./Neck./Graalfs	Jungfernbusch

Tischtennis

Fachvorstand: André Pfaffe		Telefon: 04462-946649	
Fachvorstand Jugend: Dieter Jürgens		Telefon: 04461/6462	
Punktspiele Jugend	Mo. 17.00 - 19.30	Jürgens / Ludwig	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Leistungsgruppe I	Mo. 17.45 - 20.00	Stefanski / Pfaffe	Mendelssohnhalle MG
Hobbygruppe Frauentreff	Mo. 19.30 - 21.30	Dagmar Freese	Mendelssohnhalle MG
Hobbygruppe Männertreff	Di. 20.00 - 21.45	Dieter Ludwig	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Anfängergruppe I (bis 12 J.)	Mi. 15.45 - 17.00	Stefanski / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Leistungsgruppe I	Mi. 17.00 - 19.30	Stefanski / Pfaffe	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Anfängergruppe (ab 12 J.)	Mi. 17.00 - 19.00	Böhnke / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Leistungsgruppe II	Mi. 17.00 - 19.00	Böhnke / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Erwachsenentraining	Mi. 19.00 - 21.45	Günther Rothenhäuser	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Anfängergruppe I (bis 12 J.)	Fr. 15.45 - 17.00	Stefanski / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Leistungsgruppe I	Fr. 17.00 - 19.30	Stefanski / Pfaffe	Mendelssohnhalle MG
Jugend-Anfängergruppe (ab 12 J.)	Fr. 17.00 - 19.00	Böhnke / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Leistungsgruppe II	Fr. 17.00 - 19.00	Böhnke / Jürgens	Mendelssohnhalle MG
Erwachsenentraining	Fr. 19.00 - 21.45	Günther Rothenhäuser	Mendelssohnhalle MG

Badminton

Fachvorstand: Ulrike Peters		Telefon: 04421-507807	
Anfänger / Freizeitsport	Di. 20.00 - 22.00	Arnold Kitzol	BBS
Kinder / Jugendliche	Fr. 18.00 - 19.30	Ahlhorn/Gehrmann	Jahnstraße
Anfänger / Freizeitsport	Fr. 19.30 - 22.00	Arnold Kitzol	Jahnstraße
Freizeitsport / Prellball	Fr. 19.45 - 21.30		Harlinger Weg

Keqeln

Fachvorstand: Harro Freese		Telefon: 04461-3556	
Jugend	Mi. 16.00 - 18.00	Rüdebusch	Gaststätte "Tsingtau"
Erwachsene	Mi. 18.00 - 19.00		Gaststätte "Tsingtau"

Sonstige Sportangebote

Informationen über die Geschäftsstelle		Telefon: 04461-4999	
Lauffreife	Sa. ab 14.30	Hans Packheuser	Addernhausen
Basketball Männer Freizeit	Di. 18.30 - 20.00	Carsten Grabbe	Mendelssohnhalle MG
Vorbereitung Sportabzeichen (7.5-15.10)	Mo. 18.00 - 20.00	Ilona Ihnken	Sportplatz Schützenhof
Freizeitsport / Prellball	Fr. 19.45 - 21.30		Harlinger Weg

Änderungen vorbehalten, weitere Informationen erhalten Sie über

- den zuständigen Fachvorstand
- über die Trainer / innen in den Stunden

Unsere Homepage: www.mtv-jever.de

Unsere E-Mail-Adresse: info@mtv-jever.de

Geschäftsstelle: **Karl-Peters-Straße 2, 26441 Jever**
Telefon: 04461-4999
Telefax: 04461-700285

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:
 Montag und Donnerstag **10.00 - 12.00 Uhr**
 Dienstag und Mittwoch **17.00 - 19.00 Uhr**