

## Blasorchester



### Orchester

Donnerstag: 19:30 – 21:15 Uhr ①

### Instrumentenausbildung

Erwachsene, Jugendliche und Kinder  
nach Absprache

### Kontakt

 Jan Rathmann  
0157-70308137  
 [BLO@tfc-steinheim.de](mailto:BLO@tfc-steinheim.de)

## Boxen

### Boxtraining

Montag: 17:00 – 18:15 Uhr ④  
Dienstag: 18:00 – 19:30 Uhr  
Dienstag: 19:30 – 21:00 Uhr  
Donnerstag: 18:00 – 19:30 Uhr

### Trainer


 Christian Rostek  
0160-96663357  
 [Boxen@tfc-steinheim.de](mailto:Boxen@tfc-steinheim.de)

## Gymnastik

### Fit in den Morgen (für Damen) ①

Dienstag: 8:30 – 9:30 Uhr

### Kontakt

 Inge Kuschel  
0152-34379664  
 [inge.kuschel@tfc-steinheim.de](mailto:inge.kuschel@tfc-steinheim.de)

### Bodyfit (für Damen) ①

Mittwoch: 18:30 – 19:30 Uhr



### Kontakt

 Halina Lyschik  
0176-62093253  
 [halinalyschik@tfc-steinheim.de](mailto:halinalyschik@tfc-steinheim.de)

### PUMP IT (für Damen) ①

Mittwoch: 20:00 – 21:00 Uhr

### Kontakt

 Astrid Rönsch  
0176-54445431  
 [astrid-roensch@tfc-steinheim.de](mailto:astrid-roensch@tfc-steinheim.de)

### Herrengymnastik ①

Freitag: 19:30 – 21:00 Uhr


### Kontakt

 Markus Dolgener  
06181-6100465

### Seniorengymnastik (50 Plus) ①

Freitag: 17:45 – 19:00 Uhr

### Kontakt

 Walter Rost  
06181-572684

## Ju-Jutsu

### Einsteiger

Dienstag: 20:00 – 22:00 Uhr ②

### Fortgeschrittene

Montag: 20:00 – 22:00 Uhr ①

Donnerstag: 20:00 – 22:00 Uhr ②

Samstag: 15:00 – 17:00 Uhr ①

### Pekiti \*

Samstag: 13:00 – 15:00 Uhr ①

### Kontakt

 Joachim Ullrich  
0172-6627748  
 [jujutsu@tfc-steinheim.de](mailto:jujutsu@tfc-steinheim.de)

## Kendô

### Basic Training

Montag: 20:00 – 21:45 Uhr ③

### Anfänger

Freitag: 18:45 – 19:45 Uhr ③

### Fortgeschrittene

Freitag: 19:45 – 21:45 Uhr ③

### Kontakt

 Markus Wagner  
0172-6772328  
 [Kendo@tfc-steinheim.de](mailto:Kendo@tfc-steinheim.de)

## Kinderturnen

Mutter/Vater/Kind-Turnen (2 bis 4 Jahre)

Montag: 15:30 – 16:15 Uhr ①

Montag: 16:15 – 17:00 Uhr ①

Kontakt



Katja Fischer  
06181-662190  
[KidTurn@tfc-steinheim.de](mailto:KidTurn@tfc-steinheim.de)

Kinderturnen (4 bis 6 Jahre)

Montag: 14:30 – 15:30 Uhr ①

Montag: 17:00 – 18:00 Uhr ①

Kontakt



Rosi Degoutrie  
0151-59153945  
[KidTurn@tfc-steinheim.de](mailto:KidTurn@tfc-steinheim.de)

Kinderturnen (6 bis 9 Jahre)

Freitag: 14:30 – 15:30 Uhr ①

Kinderturnen (8-9 Jahre)

Freitag: 15:30 – 16:30 Uhr ①

Turnen für Teens (9 bis 14 Jahre)

Freitag: 16:30 – 17:30 Uhr ①

Kontakt



Katja Fischer  
06181-662190  
[KidTurn@tfc-steinheim.de](mailto:KidTurn@tfc-steinheim.de)

## Unsere Sportstätten

1

TFC Halle  
Karlstraße 55  
63456 Hanau  
Steinheim/Main

2

Doorner Halle  
Doorner Str. 49  
63456 Hanau  
Steinheim/Main

3

Elisabeth-Schmitz-Schule  
Bertha-v.-Suttner-Str. 10  
63457 Hanau Wolfgang

4

AC Eiche 01 Hanau e.V.  
Alter Rückinger Weg 61  
63452 Hanau

## Tischtennis

Schüler

Dienstag: 17:00-18:30 Uhr ①

Donnerstag: 17:00-18:30 Uhr ①

Jugendliche

Dienstag: 18:30 – 20:00 Uhr ①

Donnerstag: 18:30 – 20:00 Uhr ①

Erwachsene

Dienstag: 20:00 – 22:00 Uhr ①

Donnerstag: 20:00 – 22:00 Uhr ①

Senioren

Donnerstag: 09:00-12:00 Uhr ①

Kontakt



Niklas van der Au  
0170-4759196  
[niklas.vanderau@tfc-steinheim.de](mailto:niklas.vanderau@tfc-steinheim.de)

## Reha-Sport \*

Nach Absprache

Kontakt



Anette Bauer ①  
0151 40326200

## Line Dance \*

Mittwoch: 19:00 – 21:00 Uhr

Kontakt



Silvia Kersten ①  
0176-72423203

## Volleyball

Weibl. U20/Damen

Montag 18:00-19:30 Uhr ①

Freitag 19:00-20:30 Uhr\* ②

Herren

Montag 20:00-22:00 Uhr ③

Freitag 19:00-20:30 Uhr\* ②

Mixed-Training

Mittwoch: 20:00-22:00 Uhr ②

\*01.10 bis 31.03 30 Minuten später

Trainer



Jens Donert  
0163-7324675  
[Volleyball@tfc-steinheim.de](mailto:Volleyball@tfc-steinheim.de)

## Wirbelsäulengymnastik \*

Freitag: 17:00 – 18:00 Uhr ①

Kontakt



Inge Kuschel  
0152-34379664  
[inge.kuschel@tfc-steinheim.de](mailto:inge.kuschel@tfc-steinheim.de)

## Zumba \*

Mittwoch: 17:00 – 18:00 Uhr ①

Kontakt



Eliana Martorana  
0176-24018585

Aktuelle Mitgliedsbeiträge sind auf der Homepage des TFC Steinheim zu finden