



Wir bewegen was

Leichtathletik

Laufen, Springen, Werfen sind wichtige und grundlegende Bewegungsabläufe, insbesondere für junge Menschen. Im Sportpark Hahn bieten wir für Kinder und Jugendliche Leichtathletik an.

Montag 16.00 - 17.30 Uhr

Wandern

Die Wanderabteilung lädt ein Mal im Monat zu einer Wanderung ein, bei der Mitglieder wie Nichtmitglieder teilnehmen können. Treffpunkt ist der Parkplatz am Einkaufsmarkt in der Eicher Str. in Pfungstadt/Hahn.

Die Wanderungen finden **sonntags** statt; nähere Informationen erhalten Sie vom jeweiligen Wanderführer auf unserer Homepage.

Boule

Im 14-tägigen Wechsel finden sich **mittwochs** um 15.00 Uhr die Freunde des Boule-Spiels im Sportpark ein. Jede und Jeder ist herzlich willkommen. Termine entnehmen Sie dem SV Aktuell oder finden Sie auf unserer Homepage.

Ballspiele

Ballspiele üben eine besondere Faszination aus; ob für Kinder oder bis ins hohe Alter hinein - egal, ob mit dem Fuß, mit der Hand oder mit einem weiteren Sportgerät.

Montag	Volleyball (Erw.)	20.00 - 22.00 Uhr
Mittwoch	Volleyball (Erw.)	18.15 - 20.15 Uhr
Donnerstag	Badminton	18.30 - 20.00 Uhr
Freitag	Volleyball (Jgd.)	16.00 - 17.30 Uhr
Sonntag	Badminton	10.30 - 12.30 Uhr

Fitness- und Gesundheitsstudio

In unserem vereinseigenen Studio können Sie ein gesundheitsorientiertes Training unter qualifizierter Anleitung absolvieren.

Fußball

Trainingszeiten unserer **Aktiven** und „Alten Herren“

Dienstag	1. Mannschaft	19.00 - 20.30 Uhr
Dienstag	2. Mannschaft	19.00 - 20.30 Uhr
Mittwoch	„Ü 45“	19.00 - 20.15 Uhr
Donnerstag	1. Mannschaft	19.00 - 20.30 Uhr
Donnerstag	2. Mannschaft	19.00 - 20.30 Uhr

Trainingszeiten unserer **Jugend-Mannschaften:**

Montag	F-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Montag	C-Junioren	17.30 - 19.00 Uhr
Montag	B-Junioren	18.00 - 19.30 Uhr
Dienstag	E1+ E2-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Dienstag	D-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Mittwoch	F-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Mittwoch	C-Junioren	17.30 - 19.00 Uhr
Donnerstag	G-Junioren	17.30 - 18.30 Uhr
Donnerstag	E1+E2-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Freitag	D-Junioren	17.00 - 18.30 Uhr
Freitag	B-Junioren	18.00 - 19.30 Uhr



Sportverein Hahn e.V.

Sportpark Hahn

Wilhelm-Weingärtner-Str. 4, 64319 Pfungstadt/Hahn
Tel.: 06157/8071112 (mittwochs von 17.30 - 18.30 Uhr)
Fax: 06157/8085176 - E-Mail: info@svhahn.de

www.svhahn.de

Sportverein Hahn e.V.
...unser Turn- und Sportangebot



SPORTVEREINHAHN

...mein Verein!

www.svhahn.de



Kinderturnen

Toben, Tanzen, Turnen - Spiel- und Bewegungsformen die Spaß und Freude machen.

Babys in Bewegung (10-Wochen-Kurs)

Dienstag (ab 4 Monate) 09.00 - 10.30 Uhr

Yoga für Kinder (10-Wochen-Kurs)

Mittwoch (auf Anfrage) 15.00 - 16.00 Uhr

Eltern-Kind-Turnen



Dienstag I (1-3 Jahre) 15.30 - 16.45 Uhr

Mittwoch II (1-3 Jahre) 09.30 - 10.45 Uhr

Donnerstag III (ab 2 1/2 Jahre) 15.30 - 16.45 Uhr

Purzelturnen

Montag 15.00 - 16.00 Uhr

Donnerstag (4 1/2 - 6 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr

Wir sind Mitglied im



Mädchenturnen

Mittwoch (6 - 9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr

Mittwoch (10 - 14 Jahre) 17.15 - 18.15 Uhr

Bubenturnen

Montag (7 - 10 Jahre) 17.00 - 18.00 Uhr

Freitag (Parkour) (ab 10 Jahre) 15.00 - 16.00 Uhr

Dance & HipHop

Jazz-Dance, Showtanz, HipHop - Musik und Bewegung, Choreografien gestalten, Kreativität entwickeln, tolle Moves und coole Kombis lernen.

Jazz-Tanz „Minis“

Dienstag (6-9 Jahre) 16.00 - 17.00 Uhr

Jazz-Tanz „Xplosion“

Dienstag (10-13 Jahre) 17.00 - 18.30 Uhr

Jazz- und Showtanz „Moonlight-Stars“

Freitag (13-18 Jahre) 17.00 - 18.30 Uhr

HipHop & Streetdance

Donnerstag (8-13 Jahre) 17.30 - 18.30 Uhr

Donnerstag (ab 14 Jahre) 18.30 - 19.30 Uhr

Showtanz „UniQue“

Freitag (Erwachsene) 17.30 - 19.00 Uhr

Samstag (Erwachsene) 11.00 - 13.00 Uhr

Jazz-Dance „Pioneers“

Donnerstag (Erwachsene) 20.00 - 21.30 Uhr

Freitag (Erwachsene) 19.00 - 20.30 Uhr

Fitness- und Gesundheitssport

Ein wichtiger Bestandteil unseres Angebotes ist der Fitness- und Gesundheitsbereich; hier gibt es für Erwachsene Übungs- und Trainingsprogramme unter qualifizierter Anleitung.

Montag	Gymnastik 60 Plus	16.00 - 17.00 Uhr	
Montag	Aktiv und entspannt	19.00 - 20.00 Uhr	

Montag	Bauch-Beine-Rücken	20.00 - 21.00 Uhr
--------	--------------------	-------------------

Dienstag	Fit and Fun	19.30 - 20.30 Uhr
----------	-------------	-------------------

Mittwoch	Walking/Nordic-Walking (Mai - Oktober)	19.30 - 20.30 Uhr	
Mittwoch	Männer-Gymnastik	20.15 - 21.30 Uhr	

Mittwoch	Männer-Gymnastik	20.15 - 21.30 Uhr
----------	------------------	-------------------

Freitag	Frauengymnastik	20.30 - 21.45 Uhr
---------	-----------------	-------------------

Unsere Kurse (Sonderbeitrag)

Im Bereich Fitness und Gesundheit sowie Entspannung bieten wir ebenfalls unter qualifizierter Anleitung 10-Wochen-Kurse an.

Dienstag	RückenFit***	18.30 - 19.30 Uhr
Dienstag	RückenFit***	19.30 - 20.30 Uhr

Mittwoch	ZUMBA®	18.00 - 19.00 Uhr
Mittwoch	ZUMBA® (10er-Karte)	19.15 - 20.15 Uhr

Donnerstag	Gutes f. Rücken und Gelenke***	08.30 - 09.30 Uhr
------------	--------------------------------	-------------------

Donnerstag	Yoga 50 Plus	10.00 - 11.00 Uhr
Donnerstag	Yoga	19.30 - 21.00 Uhr

*** Diese Kurse können von den Krankenkassen bezuschusst werden!



Dieses Angebot ist ausgezeichnet mit dem Pluspunkt Gesundheit.DTB und dem Prädikat Sport pro Gesundheit.

