

## Mitgliedsbeiträge

(Gültig ab 01.07.2015)



	<b>Monatsbeitrag</b>
• Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre	7,50 Euro
• Erwachsene	10,50 Euro
• Senioren ab 65 Jahre	7,50 Euro
• Familie ab 3 Personen	20,00 Euro

Zusätzlich zu den Mitgliedsbeiträgen werden bei Bedarf anfallende Kosten, abteilungsbedingt für Hallenanmietung oder Trainer, auf die begünstigten aktiven Mitglieder anteilig umgelegt.

Die Beiträge werden zum 01.03. und 01.09. jeden Jahres per Lastschrift eingezogen.

Die Kündigung der Mitgliedschaft ist ausschließlich schriftlich unter Einhaltung einer vierwöchigen Kündigungsfrist zum 30.06. und 31.12. eines Jahres, an den Vorstand, möglich.

Angebot  
&  
Trainingszeiten

2. Vorsitzende: Miriam Daum  
[info@tv-ober-ramstadt.de](mailto:info@tv-ober-ramstadt.de)

Leuschnerstraße 34  
64372 Ober-Ramstadt  
Telefon 06154/5576

## TURNEN

### Eltern & Kind Turnen

Montag: 09.30 – 10.30 Uhr TV-Halle  
15.15 – 16.00 Uhr TV-Halle

[elternkindturnen@tv-ober-ramstadt.de](mailto:elternkindturnen@tv-ober-ramstadt.de)

### Purzelturnen

Montag: 14.30 – 15.15 Uhr TV-Halle  
16.00 – 17.00 Uhr TV-Halle

[purzelturnen@tv-ober-ramstadt.de](mailto:purzelturnen@tv-ober-ramstadt.de)

### Kinderturnen (w/m)

Mittwoch: 15.00 – 17.30 Uhr TV-Halle

[kinderturnen@tv-ober-ramstadt.de](mailto:kinderturnen@tv-ober-ramstadt.de)

### Leistungsturnen weiblich

Dienstag: 15.30 – 19.30 Uhr TV-Halle  
Donnerstag: 15.30 – 19.30 Uhr TV-Halle

[turnen-weiblich@tv-ober-ramstadt.de](mailto:turnen-weiblich@tv-ober-ramstadt.de)

### TURNMINIS (w/m)

Montag: 16.00 – 17.30 Uhr TV-Halle

[turnminis@tv-ober-ramstadt.de](mailto:turnminis@tv-ober-ramstadt.de)

### Leistungsturnen männlich

Montag: 17.00 – 21.00 Uhr TV-Halle  
Dienstag: 19.00 – 22.00 Uhr TV-Halle  
Mittwoch: 19.00 – 22.00 Uhr TV-Halle  
Donnerstag: 19.00 – 22.00 Uhr TV-Halle  
Freitag: 14.30 – 22.00 Uhr TV-Halle

[turnen-maennlich@tv-ober-ramstadt.de](mailto:turnen-maennlich@tv-ober-ramstadt.de)

## SENIOREN

### Seniorengymnastik

Dienstag: 10.00 – 11.00 Uhr TV-Halle

[seniorengymnastik@tv-ober-ramstadt.de](mailto:seniorengymnastik@tv-ober-ramstadt.de)

### Jedermannsport

Montag: 20.00 – 22.00 Uhr TV-Halle

[jedermannsport@tv-ober-ramstadt.de](mailto:jedermannsport@tv-ober-ramstadt.de)

## GYMNASTIK

### Frauengymnastik

Mittwoch: 19.30 – 20.30 Uhr TV-Halle

[frauengymnastik@tv-ober-ramstadt.de](mailto:frauengymnastik@tv-ober-ramstadt.de)

### Starker Rücken - WSG

Montag: 19.00 – 20.00 Uhr HGR-Schule  
Freitag: 09.30 – 10.30 Uhr TV-Halle

[wsg@tv-ober-ramstadt.de](mailto:wsg@tv-ober-ramstadt.de)

### Rhythmische Sportgymnastik

#### Anfängerinnen

Freitag: 16.00 – 17.30 Uhr HGR-Schule

#### Leistungsgruppe

Trainingszeiten nach Rücksprache mit der  
Abteilungsleiterin.

[rsg@tv-ober-ramstadt.de](mailto:rsg@tv-ober-ramstadt.de)

### Wettkampfgymnastik

#### P-Stufe

Mittwoch: 18.30 – 20.30 Uhr Großsporth.  
Donnerstag: 16.30 – 17.45 Uhr TV-Halle

[wettkampfgymnastik-p@tv-ober-ramstadt.de](mailto:wettkampfgymnastik-p@tv-ober-ramstadt.de)

#### K-Stufe

Mittwoch: 16.45 – 18.30 Uhr Stadthalle  
Freitag: 16.45 – 19.30 Uhr Großsporth.  
Samstag: 09.30 – 13.30 Uhr TV-Halle

[wettkampfgymnastik-k@tv-ober-ramstadt.de](mailto:wettkampfgymnastik-k@tv-ober-ramstadt.de)

### Bauch, Beine, Po

Montag: 19.00 – 20.00 Uhr Stadthalle

[bauch-beine-po@tv-ober-ramstadt.de](mailto:bauch-beine-po@tv-ober-ramstadt.de)

### Step-Aerobic

Donnerstag: 20.30 – 21.30 Uhr TV-Halle

[step-aerobic@tv-ober-ramstadt.de](mailto:step-aerobic@tv-ober-ramstadt.de)

### Pilates

Mittwoch 18.30 – 19.30 Uhr Stadthalle  
Donnerstag: 09.00 – 10.00 Uhr TV-Halle

[pilates@tv-ober-ramstadt.de](mailto:pilates@tv-ober-ramstadt.de)

### Workout

Dienstag: 20.00 – 21.00 Uhr TV-Halle

[workout@tv-ober-ramstadt.de](mailto:workout@tv-ober-ramstadt.de)

### Powerzirkel

Mittwoch 20.30 – 21.30 Uhr TV-Halle

[powerzirkel@tv-ober-ramstadt.de](mailto:powerzirkel@tv-ober-ramstadt.de)

## YOGA

Montag: 17.30 – 19.00 Uhr Stadthalle

Mittwoch: 09.30 – 11.00 Uhr TV-Halle

[yoga@tv-ober-ramstadt.de](mailto:yoga@tv-ober-ramstadt.de)

## Kindertanz

Donnerstag: 15.00 – 16.00 Uhr (KiGa) TV-Halle  
16.15 – 17.15 Uhr (Grundschulkind)

**Zur Zeit kein Training**

## SPIELE

### Volleyball

Mittwoch: 20.30 – 22.30 Uhr (H) Großsporth.

Freitag: 20.00 – 22.00 Uhr (H) TV-Halle

Donnerstag: TV-Halle

### Mixed-Freizeit

Donnerstag: 20.30 – 22.30 Uhr Eiche-Halle

[volleyball@tv-ober-ramstadt.de](mailto:volleyball@tv-ober-ramstadt.de)

### Fußball

Mittwoch: 20.30 – 22.30 Uhr Großsporth.

Sonntag: 17.00 Uhr – 19.00 Uhr TV-Halle

[fussball@tv-ober-ramstadt.de](mailto:fussball@tv-ober-ramstadt.de)

### Indiaca

Dienstag: 19.30 – 22.30 Uhr Eiche-Halle

Donnerstag: 17.15 – 19.00 Uhr (J) Eiche-Halle

[indiaca@tv-ober-ramstadt.de](mailto:indiaca@tv-ober-ramstadt.de)

### Badminton

Donnerstag: 20.30 – 22.30 Uhr BGH Rohrb.

Donnerstag: 20.15 – 22.15 Uhr BGH Rohrb.

[badminton@tv-ober-ramstadt.de](mailto:badminton@tv-ober-ramstadt.de)

## TRAMPOLIN

Dienstag: 18.00 – 20.00 Uhr TV-Halle

Freitag: 18.00 – 20.00 Uhr TV-Halle

[trampolin@tv-ober-ramstadt.de](mailto:trampolin@tv-ober-ramstadt.de)