



Sport.Kultur.Gemeinschaft Rodgau 1888 e.V.
Der Familienverein mit dem vielfältigen Sport- und Kulturangebot

Geschäftsstellen

Judith Mark	63110 Rodgau	Tel. 06106 / 645130
	Ostring 18	Fax 06106 / 697721 info@skgrodgau.de
Geschäftszeiten	mo	19:00 - 21:00 Uhr
	di, mi, fr	09:00 - 12:00 Uhr
	do	16:00 - 18:00 Uhr

Vorstand des Vereins

1. Vorsitzender	Lothar Mark	
stellv. Vorsitzende	Angelika Stark	Elke Korten
	Manfred Ballüer	Melanie Lange
	Martina Schick	Annemarie Jonas
	Albert Frühwacht	
	Rainer Müller	
Schatzmeister	Stefano Uslenghi	
eMail an alle Mitglieder vom Vorstandsteam		vorstand@skgrodgau.de

Trainingsplan

Stand 25.03.2026

Interessieren Sie sich erstmalig für ein Angebot aus unserem breiten Spektrum,
 melden Sie sich bitte vorher in der Geschäftsstelle oder bei den jeweilig notierten Telefonnummern an.
 Herzlichen Dank

Inhalt

American Football.....	3
Fußball	3
Leichtathletik	4
Laufen	4
Fitnesskurse für Mitglieder.....	5
Fitnesskurse für Nicht-Mitglieder	6
Rehasport.....	7
Präventionssport	8
Kraftsport.....	8
Fassenacht	8
Basketball	9
Tanzen	10
Kinderturnen	11
Wettkampfturnen	11
Volleyball	13
Badminton	13
Tischtennis	13
Kampfsport	14
Boxen.....	14
Musik	14
Pétanque	14
Trampolin	15
Wandern.....	15
Veranstaltungskalender 2026	16
Sonstige Projekte	16

Innerhalb der Tabellen verwendete Abkürzungen:

MES Maingau Energie Stadion

SPH Sporthalle

American Football – Kontakt: football@skgrodgau.de					
Jugend U13/U16	di m so	19:00-20:00 17.00-18.30 11.00-15:00	Wilhelm-Busch-Schule Wilhelm-Busch-Schule Am Sportplatz 7		
Damen ab 16	mo fr	20:00-22:00 20:00-22:00	MES Weichsee Am Sportplatz 7		
Senioren Flag-Football	mi	20.15-22.00	Am Sportplatz 7		
Cheerleader	so	12:00-14:00	Am Sportplatz 7		
			Trainingsanfragen etc. Silka Rackensberger	01775884931	

Fußball			
Abteilungsleitung (Sprecher)	fussball@skgrodgau.de	Niels Schmalenbach	0177 5971402
Junioren (Jugendleiter)		Markus Roßkopf	0171 7651468
Sportliche Leitung Junioren	mustafa.sukan-skgrodgau@web.de	Mustafa Sukan	0163/7385858
Bereichsltg F, G, Bambini	scacciotti@t-online.de	Marcello Scacciotti	0176 45735911
Bereichsltg E	ejugend.skg@gmail.com	Daniel Schmitt	
Bereichsltg D	rocco.wenzel@gmx.de	Rocco Wenzel	0163 7385858
Bereichsltg C	mustafa.sukan-skgrodgau@web.de	Mustafa Sukan	0163/7385858
Bereichsltg A+B	Carlo.greco@onlinehome.de	Carlo Greco	0172 6556442
Jugendleiter	Fussball.jugend@skgrodgau.de	Markus Roßkopf	0171 7651468
Juniorinnen/Frauen			
Frauen Mädchen	ujanotta@yahoo.de trainer.blenn@gmx.de	Uwe Janotta Henrik Blenn	0176/21309054 0176/21648354
Sportliche Leitung Senioren	rachikarr@yahoo.de	Rachid Karroua	0176 31248641

Gehfußball - Kontakt manfred.ballueer@skgrodgau.de					
Geh-Fußball	di	14:30-16:00	Am Sportplatz 7	Manfred Ballüer	0152 28617824

Leichtathletik – Kontakt: leichtathletik@skgrodgau.de						
Ab 12 Jahren	mo,do	18.00-20.00	MES	Hatice Alev Janetzka,	0172 3012485	
5 - 9 Jahre	mo, fr	16:00-17:00	Am Sportplatz 7	V.Kress	645130	
10-15 Jahre	mo, fr	17.00-18.30	Am Sportplatz 7	V.Kress, S.Otto, G.Müller	645130	
6-11 Jahre	di	17.00-18.30	MES	Hatice Alev Janetzka, Patrick Münch	0172 3012485	
10-16 Jahre	mi	17.00-18.30	Am Sportplatz 7	L. Müller, S. Otto, G. Müller	645130	
Erwachsene	mo	18:30-20:00	Am Sportplatz 7	Linda Müller	645130	
	fr	18:30-20:00	Am Sportplatz 7	Linda Müller	645130	
Sportabzeichen						
Sommermonate:	mi	18.30-20.00	Am Sportplatz 7	M.Schmakeit/M.Zang	0175 8724022	
Wintermonate:	mi				19.00-20.15	Am Sportpla (Halle)

Laufen						
Wettkampf-Orga				Patrick Ellguth		
Abteilung Fitness-Sport						
Walking	do	09:00-10:00	Schützenhaus Diana	A.Fischer, K.Koch	5876	
Nordic-Walking	mo	08:00-09:00	Waldfreizeitanlage Weiskirchen	Annemarie Jonas	645130	
Nordic-Walking	mo	18:00-19:00	MES	Maria Bonifer	9376	
Nordic-Walking	do	08:00-09:00	Waldfreizeitanlage Weiskirchen	Annemarie Jonas	645130	

Fitnesskurse für Mitglieder					
Knie-Hüft-Rückenfit	mo	10.00-11.30	HdB Vordergasse 49	Karin Brügelmann	645130
Fit vom Hocker	mo	10:30-11:30	Am Sportplatz 7	Annemarie Jonas	645130
Fit für den Alltag	mo	18.00-19.00	Weiskircher Str. 42	Angela Kohls	645130
Fitball-Aerobic	mo	19:00-20:00	Ostring 18	Birgit Stowasser	645130
Step Aerobic	mo	19:30-20:30	Weiskircher Str. 42	Simone White	645130
Indoor Cycling	mo	19:00-20:00	Ostring 18	Angi Hob	645130
Frauengymnastik	mo	19:00-20:00	Am Sportplatz 7	Radmila Feltes	645130
Zumba	mo	20:00-21:00	Carl-Orff-Turnhalle	Nasri Jemai	645130
Kraft-Ausdauer-Training	mo	20:00-21:00	Sporthalle Lange Str.	Ralf Hohley	645130
Step Choreo	di	08:30-09:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Fit für den Alltag	di	10.00-11.00	Ostring 18	Gisela Ballüer	7726994
Männer Fit	di	18:15-19:30	Weiskircher Str. 42	Ralf Hohley	645130
Zumba Gold/Toning	di	19:00-20:00	Ostring 18	Nasri Jemai	645130
Fit für den Alltag	di	19:30-20:30	Am Sportplatz 7	Annemarie Jonas	645130
Jumping Fitness	di	18.30-19.30	Am Sportplatz 7	Sophia Stergiou	645130
Zirkeltraining	di	19:30-21:00	Am Sportplatz 7	Claus Möller	645130
Faszien-Yoga	di	20:00-21:00	Ostring 18	Simone White	645130
Funktionales Training	di	20:00-21:00	Wilhelm-Busch-Schule	Ralf Hohley	645130
Bungee Fitness Schnuppern 10€ und vergünstigte 10er Karte nötig	di	20:15-21:15	Ostring 18	Trainer Team	645130
Frauengymnastik	mi	09:15-10:15	Am Sportplatz 7	Annemarie Jonas	645130
Starter Jumping	mi	14:00-15:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Indoor Cycling	mi	18:30-19:30	Ostring 18	Sarah May	645130
Qi Gong	mi	18:15-19:15 19:45-20:45	Ostring 18 Ostring 18	Lydia Schültje	645130
Kurz- & Langhantel	mi	19:30-20:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Hatha-Yoga	mi	18:00 -19:00 19:00-20:00	Ostring 18	Mehraneh Pourmamoudi	645130
Zumba	mi	19:00-20:00	Am Sportplatz 7	Veronika Komadina	645130
Tai Chi - Yoga – Pilates	do	08:30-09:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Rücken Fit	do	09:00-10:00	Am Sportplatz 7	Radmila Feltes	645130
Sturzprophylaxe	do	10:30-11:30	Am Sportplatz 7	Radmila Feltes	645130
Frauen Gymnastik	do	18:00-19:00	Ostring 18	Petra Göbel	645130
Frauen Gymnastik	do	19:00-20:00	Ostring 18	Petra Göbel	645130
Bodyshape	do	18:00-19:00	Am Sportplatz 7	Sladana Mestrovic	645130
Relaxing	do	19.00-20.00	Am Sportplatz 7	Sophia Stergiou	645130

Fitnesskurse für Mitglieder					
Slings	do	20:15-21:15	Ostring 18	Sarah May	645130
Line-Dance (Anfänger) Line-Dance (Fortg.)	do	19.00-20.00 20.00-21.00	Am Sportplatz 7	Margit Kemmerer	645130
Strong Nation	do	20.00-21.00	Am Sportplatz 7	Nasri Jamai	645130
Qi Gong	fr fr	09:00-10:00 10.45-11.45	Ostring 18 Am Sportplatz 7	Lydia Schültje	645130
Indoor Cycling	fr	09:00-10:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Jumping Fitness	fr	17.30-18.30	Ostring 18	Sladana Mestrovic	645130
Frauenfitness	fr	18:15-19:15	Am Sportplatz 7	Annemarie Jonas	645130
Bungee Fitness Schnuppern 10€ und vergünstigte 10er Karte nötig	fr	18:45-19:45	Ostring 18	Trainer Team	645130
Lindy Hop	fr	19.00-21.00	Weiskircher Str. 42	Parham Florian Djawahshiri	645130
All-In-One-Gymnastik	fr	20:15-21:30	Ostring 18	Konni Walter	646819
Hatha-Yoga	sa	10:00-11:00 11.00-12:00	Am Sportplatz 7	Mehraneh Pourmamoudi	645130
Slings	so	09:00-10:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Piloxing	so	10.00-11.00	Ostring 18	Sophia Stergiou	645130
Jumping Fitness	so	11.00-12.00	Ostring 18	Jule Seifert	645130
Zumba Kids	so	11:00-12:00	Ostring 18	Nasri Jemai	645130

Fitnesskurse für Nicht-Mitglieder (mit Zuzahlung)					
Knie-Hüft-Rückenfit	mo	10.00-11.30	HdB Vordergasse 49	Karin Brügelmann	645130
Indoor Cycling	mo	19:00-20:00	Ostring 18	Angi Hob	645130
	mi	18:30-19:30	Ostring 18	Sarah May	645130
	fr	09:00-10:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Zumba	mo	20:00-21:00	Carl-Orff-Turnhalle	Nasri Jemai	645130
Jumping-Fitness	di	18.30-19.30	Am Sportplatz 7	Sophia Stergiou	645130
Zumba Gold/Toning	di	19:00-20:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Bungee Fitness	di fr	20:15-21:15 18:45-19:45	Ostring 18 Ostring 18	Trainer Team (Schnuppern 10€)	645130
Zumba	mi	19:00-20:00	Am Sportplatz 7	Veronika Komadina	645130
Starter Jumping	mi	14:00-15:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Qi Gong	mi fr	18.15-19.15 19.45-20.45 09.00-10.00 10:45-11:45	Ostring 18 Ostring 18 Ostring 18 Am Sportplatz	Lydia Schültje	645130
Slings	do	20.15-21.15	Ostring 18	S.May/St. Stenger	645130

Fitnesskurse für Nicht-Mitglieder (mit Zuzahlung)					
Slings	so	09.00–10.00	Ostring 18	Angelika / Mahena	645130
Bodyshape	do	18.00-19.00	Sportplatz 7	Sladana Mestrovic	645130
Line-Dance (Anfänger) Line-Dance (Fortg.)	do	19.00-20.00 20.00-21.00	Am Sportplatz 7	Margit Kemmerer	645130
Strong Nation	do	20.00-21.00	Am Sportplatz 7	Nasri Jamaï	645130
Jumping Fitness	fr	17.30-18.30	Ostring 18	Sladana Mestrovic	645130
Lindy Hop	fr	19.00-21.00	Weiskircher Str. 42	Parham Florian Djawahshiri	645130
Piloxing	so	10.00-11.00	Ostring 18	Sophia Stergiou	645130
Jumping Fitness	so	11.00-12.00	Ostring 18	Jule Seifert	645130

Rehasport nach ärztl. Verordnung und med. Indikation					
Orthopädie	mo	08:30-09:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		09:30-10:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		10:30-11:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		11:30-12:30	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		15:00-16:00	Ostring 18	Berit Janotta	645130
		16:00-17:00	Ostring 18	Berit Janotta	645130
		18:00-19:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
	di	09:00-10:00	Ostring 18	Gisela Ballüer	645130
		10.00-11.00	Hdb, Vordergasse 49	Berit Janotta	645130
		11:15-12:15	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		12:15-13:15	Ostring 18	Angelika Stark	645130
		19:00-20:00	Ostring 18	Lena Haus	645130
	do	09:00-10:00	Hdb, Vordergasse 49	Lisa-Marie Bode	645130
		10:00-11:00	Ostring 18	Ute Backes	645130
		11:00-12:00	Ostring 18	Ute Backes	645130
		10:00-11:00	Hdb, Vordergasse 49	Lisa-Marie Bode	645130
		17:00-18:00	Ostring 18	Bianca Müller	645130
		18:00-19:00	Ostring 18	Bianca Müller	645130
		19:00-20:00	Ostring 18	Mehraneh Pourmamoudi	645130
	fr	10:30-11:30	Ostring 18	Daniela Winterbauer	645130
		11:30-12:30	Ostring 18	Daniela Winterbauer	645130
Lungensport	di	18:30-19:30	Hdb Vordergasse 49	Berit Janotta	645130
	mi	10:00-11:00	Ostring 18	Reha-Trainer-Team	645130
	mi	11:00-12:00	Ostring 18	Reha-Trainer-Team	645130

Rehasport nach ärztl. Verordnung und med. Indikation					
Neurologie	sa	09:00-10:00	Ostring 18	Reha-Trainer-Team	645130
	sa	10:00-11:00	Ostring 18	Reha-Trainer-Team	645130
Sport bei Diabetes	di	17:30-18:30	Hdb Vordergasse 49	Berit Janotta	645130
	sa	11:00-12:00	Ostring 18	Reha-Trainer-Team	645130
nach (Brust)Krebs	mo	17:00-18:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
	do	16:00-17:00	Ostring 18	Angelika Stark	645130
Intellektuelle Beeinträchtigung	do	15:30-16:30	Ostring 18 (Kinder)	Sabine Follmann	645130
Intellektuelle Beeinträchtigung	fr	17:00-18:00	Am Sportplatz 7 (Erw.)	A. Jonas, A. Stark	645130
Herzsport	mi	17:30-18:30	Am Sportplatz 7	A.Stark	645130
Herzsport Basis	do	12.00-13.00	Am Sportplatz 7	G. Ballüer	645130
Herzsport Leistung	do	12.00-13.00	Am Sportplatz 7	A.Stark	645130

Präventionssport (mit Zuzahlung und Anmeldung)					
Wirbelsäulengymnastik	mo	19:45	Am Sportplatz 7	Peter Bonn	645130
Wirbelsäulengymnastik	di	09:00	Am Sportplatz 7	Peter Bonn	645130
	di	10:00	Ostring 18	Jutta Koser	645130
	di	19:30	Weiskircher Str. 42	Sabrina Otto	645130
	mi	08:30	Ostring 18	Gisela Ballüer	7726994
	mi	09:45	Ostring 18	Gisela Ballüer	7726994
	fr	09.00	Am Sportplatz 7	Peter Bonn	645130
Autogenes Training	mo	18:00	Auf Nachfrage	Hannelore Dittrich	645130
Progressive Muskelentspannung	mo	18.15	Auf Nachfrage	Hannelore Dittrich	645130

Kraftsport – Kontakt: kraftsport@skgrodgau.de			
	Am Sportplatz 7	Dennis Özgen	5853
Fassenacht – Kontakt: fassenacht@skgrodgau.de			
		Carsten Jansen	

Kinder ab 12 Jahren & Erwachsene	sa	10:30-12:00	Sporth. Lange Str.	Domagoj Feric	645130
	mo	20.00-22.00	Am Sportplatz 7		
	di	17:00-19:00	Am Sportplatz 7		
Kinder bis 12 Jahre	mo	17:00-18:00	Wilhelm-Busch-Schule (nur April-Okt)	Domagoj Feric	645130
	di	16:00-17:00	Am Sportplatz 7		
	sa	09:30-10:30	Sporth. Lange Str.		

Tanzen						
Rhythmische Bewegung für unsere Jüngsten - Aufbau- u. Turniersport				Kontakt: Tanzsport@skgrodgau.de		
3-6 Jahre Happyloose	fr	16:00-17:00	Weiskircher Str 42	Anna Matl, Vanessa Kümmerer	645130	
6-9 Jahre Babyloose	mi fr	16:00-18:00 17:00-18:30	Aula GBS Weiskircher Str. 42	Anna Matl, Vanessa Kümmerer	645130	
Gardetanz – Turniersport Polka und Marsch				Kontakt: Tanzsport@skgrodgau.de		
9-11 Jahre Miniloose	mo	16:15-19:00	Aula GBS	B.Zinn, V.Schreiber	645130	
	do	16:15-19:00	Bürgerhaus Wsk.	B.Zinn, V.Schreiber	645130	
12-15 Jahre Tinyloose	mo	17:00-20:00	Bürgerhaus Dudenhofen	G. Pampeloni, L. Ok	645130	
	do	17:00-19:30	Carl-Orff-Schule	G. Pampeloni, L. Ok	645130	
16+ Jahre Footloose	mo	18:30-21:30	Aula GBS	L. Geis, S. Schwarz	645130	
	do	19:30-21:00	Carl-Orff-Schule	L. Geis, S. Schwarz	645130	
Dance Weiskirchen				Kontakt: dance@skgrodgau.de		
Together 5-7 Jahre	do	16:00-17:00	Am Sportplatz 7	M. Heine, G. Reizmann	645130	
UNIDO 8-11 Jahre	do	17:00-18:00	Am Sportplatz 7	M. Heine, G. Reizmann	645130	
MICADO 12-17 J.	do	18:00-19:00	Am Sportplatz 7	A.Rebscher	645130	
Movimento 12-16 J. WK-Dance	di	19:00-21:00	Am Sportplatz 7	G. Reizmann	645130	
Cohesio 18-30 Jahre Showwettkampf	do	19:00-21:00	Am Sportplatz 7	F. Zilch	645130	
Pink Panther 3-5 Jahre	do	17:00-18:00	Am Sportplatz 7	L. Jünger, A. Reizmann	645130	
Lumino JMC ab 18J.	mo	20:00-21:30	Am Sportplatz 7	Laura Zilch	645130	
Dance Abteilung Fitness-Sport						
Lollipops ab 5 Jahre	mi	16:15-17:15	Ostring 18	L.Steckel, S.Erbe	645130	
Hip-Hop 8 – 11 Jahre	mi	17:15-18:15	Ostring 18	L Steckel, S.Erbe	645130	
Cupiditas Show + Akrobatik ab 18J.	di	20:00-21:00	Sporthalle Lange Str	Lena Döbert	645130	
	fr	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str	Lena Döbert	645130	

Kinderturnen – Kontakt: kinderturnen@skgrodgau.de

Eltern und Kind

Ab 1 Jahr	mo	15:30-16:30	Weiskircher Str. 42	Sabrina Mahr	645130
	mi	15:30-16:30	Weiskircher Str. 42	Simone Jarrar	645130
	do	09:30-10:30	Weiskircher Str. 42	Janine Ackermann	645130
	do	15:45-16:30	Weiskircher Str. 42	Stephanie Perlik	645130
	fr	10.00-11:00	Weiskircher Str. 42	Dana Tobaji	645130
Übergangsstunde ab 3 Jahre	mi	15.30-16.30	Am Sportplatz 7	Thea Schwarwinski	645130

Kleinkinderturnen

3+4 Jahre	mo	17:00-17:50	Carl-Orff-Schule	Cornelia Böhm	645130
	mi	17:00-17:45	Carl-Orff-Schule	Celine Zuch	645130
ab 4 Jahre	do	17:00-17:45	Wilhelm-Busch-Schule	Michaela Junghanns	645130
ab 5 Jahre	mi	17:45-18:30	Carl-Orff-Schule	Celine Zuch	645130
	mi	16:30-17:30	Am Sportplatz 7	Romina Raponi	645130
	do	17:55-18:40	Wilhelm-Busch-Schule	Michaela Junghanns	645130

Turnen, Spiel und Spaß, Abteilung Fitness-Sport

1. Klasse	di	17:00-17:50	Wilhelm-Busch-Schule	Liane Wagner	645130
2. Klasse	di	17:50-18:50	Wilhelm-Busch-Schule	Liane Wagner	645130
ab 3. Klasse	fr	16:15-17:15	Ostring 18	Sabine Follmann	645130

Fit 4 Kids

1.-4. Klasse	mi	16.30-17.30	Am Sportplatz 7	Heike Korth	645130
5.-7. Klasse	mi	17.30-18.30	Am Sportplatz 7	Sabrina Stark	645130

Wettkampfturnen – Kontakt: wettkampfturnen@skgrodgau.de

ab 6 Jahre Talentsichtung	Mo	16:30-17:30 17:30-18:30	Jü - SpoHa Lange Str.	Malin Slotty	645130
------------------------------	----	----------------------------	-----------------------	--------------	--------

Gerätturnen Mädchen

ab 6 Jahre (bis P3)	Mo	15:30-17:00 17:00-18:30	Ws – Kunstturnhalle Ws - Kunstturnhalle	Elke Korten Elke Korten	0163/9023496
4-5 Jahre (P1+P2) 6-9 Jahre (P3-P5)	Fr Fr	15.00-16.00 16.00-17.30	Ws – Kunstturnhalle WS - Kunstturnhalle	Elke Korten Elke Korten	0163/9023496
6-9 Jahre (P3-P5)	Mo	16:15-18:15	Ws - Kunstturnhalle	Delia Schuckmann	645130
6-8 Jahre	Mo	16:30-18:30	Jü - SpoHa Lange Str.	Meike Beckmann / Helena Eger	645130

Wettkampfturnen – Kontakt: wettkampfturnen@skgrodgau.de					
9-10 Jahre	Mi, Fr	16:30-18:00	Jü - SpoHa Lange Str.	Sophia Roßkopf / Lara Suskovic	645130
10-11 Jahre	Mo, Fr	16:30-18:00	Jü - SpoHa Lange Str.	Luisa Simon	645130
11-12 Jahre	Mo Mi	16:30-18:30 18:00-20:00	Jü - SpoHa Lange Str. Jü - SpoHa Lange Str.	Catherine Stricker Catherine Stricker	645130
ab 14 Jahre	Di Mi, Fr	18:00-20:00 18:00-20:00	Ws – Kunstturnhalle Jü - SpoHa Lange Str.	Katharina Euler Katharina Euler	645130
Ab 16/18 Jahre (Liga)	Mo	18:30-20:00	Jü - SpoHa Lange Str.	Catherine Stricker	645130
	Di	19:30-21:30	Ws - Kunstturnhalle	Martin Schanz	
	Mi	20:00-22:00	Jü - SpoHa Lange Str.	Martin Schanz	
	Do	19:00-21:00	Ws – Kunstturnhalle	Martin Schanz	
	Fr	18:00-20:00	Jü - SpoHa Lange Str.	Catherine Stricker	
Gerätturnen Jungen					
ab 6 Jahre	Mi Fr	16:30-18:00 16:30-18:00	Jü - SpoHa Lange Str. Jü - SpoHa Lange Str.	Sebastian Sahm Philipp Gardlowski	645130
ab 9 Jahre	Mo Mi	16:30-18:00 16:30-18:00	Jü - SpoHa Lange Str. Jü - SpoHa Lange Str.	Eva Sahm Niko Döbert	645130
ab 12 Jahren	Di Do	18:00-20:00 18:00-20:00	Ws – Kunstturnhalle Ws – Kunstturnhalle	Moritz Schlaich Moritz Schlaich	645130
ab 15 Jahre	Di Do	18:00-20:00 19:00-21:00	Ws - Kunstturnhalle Ws - Kunstturnhalle	Moritz Schlaich Moritz Schlaich	645130
Geräteturnen Erwachsene (ab 16 / Turne bis zur Urne!)					
bis 99+	Di Mi Do	19:30-21:30 20:00-22:00 19:00-21:00	Ws - Kunstturnhalle Jü - SpoHa Lange Str. Ws - Kunstturnhalle	Martin Schanz Alois Sahm Alois Sahm	645130
TGW (Turnerjugend Gruppen Wettkampf)					
Kids Cup 10-12 Jahre	Fr	16:30-18.00	Jü - SpoHa Lange Str.	K.Jackelen, S. Jöst	645130
ab 18 Jahre	Di Mi	18:30-20:30 18:30-20:00	Jü - SpoHa Lange Str. Jü – Wilhelm-Busch	Sascha Kaiser Emilie Hahn	645130
Rope Skipping					
Techniktraining 11-19J	Mo	17.00-19.00	Jü - SpoHa Lange Str.	Katrin Kleineberg	645130
6-11 Jahre Anfänger	Di	16.30-17.30	Jü- SpoHa Lange Str.	Katrin Kleineberg	645130
6-11 J. Fortgeschr	Di	17.30-18.30	Jü- SpoHa Lange Str.	Katrin Kleineberg	645130
11-19 J. Fortgesch.	Di	18.30-21.00	Jü- SpoHa Lange Str.	Katrin Kleineberg	645130
6-11 Jahre Anfänger	Fr	17:00-18:00	Jü - Carl-Orff -Schule	Katrin Kleineberg	645130
11-14 J. Fortgesch.	Fr	18:00-20:00	Jü - Carl-Orff -Schule	Katrin Kleineberg	645130
14-19 Jahre	FR	20.00-21.45	Jü - Carl-Orff -Schule	Katrin Kleineberg	645130

Volleyball – Kontakt: volleyball@skgrodgau.de					
Mixed Turnier-Mannsch.	mo	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str	Tobias Müllerlei Marcel Stäcker	0174 9953953
	do	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str		
Mixed BFS Mannschaft	mo	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str	Marcel Stäcker	06106 644593
	do	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str		
Mixed Freizeit-Spiel	Mi	20:00-22:00	Wilhelm-Busch-Schule	Tobias Müllerei Sina Farzan Martina Kottek	0174 9953953
Beach-Volleyball (Nur im Sommer)	di	18:00-19:00	Aufbaukurs (ab 14J.) MES	Tobias Müllerlei	0174 9953953
	fr	18:00-19:00	MES		
	fr	19:00	Fortgeschrittene (ab 14J.) MES	Christian Jäger	0174 9953953
Weitere Trainingszeiten nach Absprache					

Badminton – Kontakt: badminton@skgrodgau.de					
Schüler, Jug., mannsch.	mi, fr	18:00-20:00	Sporthalle Lange Str.	Hagen Oftring	0177 9666512
Senioren	mi, fr	20:00-22:00	Sporthalle Lange Str.	Hagen Oftring	0177 9666512

Tischtennis – Kontakt: tischtennis@skgrodgau.de					
Jugend	mo	18:00-20:00	Wilhelm-Busch-Schule	Eric Reichenbach	887008
Erwachsene	mo	20:00-22:00	Wilhelm-Busch-Schule	Eric Reichenbach	887008
Anfänger	di	17:00-18:00	Weiskircher Str 42	Eric Reichenbach	887008
Schüler & Jugend	di	18:00-19:30	Weiskircher Str 42	Eric Reichenbach	887008
Erwachsene	di	19:30-22:00	Weiskircher Str 42	Eric Reichenbach	887008
Anfänger	mi	16:30-18:00	Weiskircher Str 42	Eric Reichenbach	887008
Erwachsene	do	19:00-22:00	Wilhelm-Busch-Schule	Eric Reichenbach	887008
Schüler & Jugend	fr	18:00-20:00	Wilhelm-Busch-Schule	Eric Reichenbach	887008
Erwachsene	fr	20:00-22:00	Wilhelm-Busch-Schule	Eric Reichenbach	887008

Kampfsport- Kontakt: kampfsport@skgrodgau.de**Judo**

ab 7 Jahre	mo, fr	17:00-18:30	Sporthalle Lange Str	Julia Gottwald	645130
ab 5 Jahre	fr	16:00-17:00	Sporthalle Lange Str	Christian Heck Niklas Schnorrbusch	645130
ab 10 Jahre	mo	18:30-20:00	Sporthalle Lange Str	Jan Tetiwa	645130
	fr	18:30-20:00	Sporthalle Lange Str	Julia Gottwald	645130
ab 10 Jahre Wettkampftraining	di	17:00-18:30	Sporthalle Lange Str.	Nina Gottwald	645130

Jiu Jitsu

ab 10 J. + Erwachsene	di	18.30–20.00	Sporthalle Lange Str.	Julia Gottwald	645130
Prüfungsvorbereitung nach Vereinbarung	do	19:00-20:30	Sporthalle Lange Str	alle	645130
Ab 10 J. + Erwachsene	fr	20:15-21:45	Sporthalle Lange Str.	Michael Schmitt	645130

Hapkido

ab 12 Jahren	mo	20:30-22:00	Am Sportplatz 7	Mike Hartung	645130
ab 12 Jahren	mi	19:00-20:30	Am Sportplatz 7	Mike Hartung	645130
ab 12 Jahren	fr	19:00-20:30	Am Sportplatz 7	Mike Hartung	645130

Haidong Gumdo

ab 12 Jahre	mo fr	19:00-20:30 20:30-22:00	Am Sportplatz 7	O. Sperling, Georg Krafczyk	645130
-------------	----------	----------------------------	-----------------	--------------------------------	--------

Kung-Fu

Ab 12 Jahre	mi, fr	19:00-20:30	Am Sportplatz 7	David + Georg Krafczyk	645130
-------------	--------	-------------	-----------------	------------------------	--------

Boxen – Kontakt: boxen@skgrodgau.de

6-16 Jahre	sa	14:00-16:00	Gartenstraße 20	Theodor Tereziu	0151 15609429
------------	----	-------------	-----------------	-----------------	---------------

Musik

Blasorchester Zwei Klang Rodgau	mo	20:00-22:00	Ostring 18	18234
S.K.G Rodgau und TSV Dudenhofen				

Pétanque (Boule) – Kontakt: petanque@skgrodgau.de

jedes Alter	di, fr	17:00-21:00	MES	Hermann Tetiwa	0171 1261310
-------------	--------	-------------	-----	----------------	--------------

Trampolin – Kontakt: trampolin@skgrodgau.de

Kinder & Jugend	mo	17:00-18:00	Am Sportplatz 7	Sophia Rottmann	645130
Erwachsene	mo	18:00-19:30 19:30-21:00	Am Sportplatz 7	Marleen Peichl, Jessica Drumm	645130
Kinder & Jugend Leistungsgruppe	di	16:45-19:00 18:30-20:30	Am Sportplatz 7	Andrijana Wessling, Anina Köster	645130
Kinder & Jugend Leistungsgruppe	mi	16:45-19:00 18:30-20:30	Am Sportplatz 7	Andrijana Wessling, Gina Andrasi	645130
Kinder & Jugend	mi	17:45-19:00	Am Sportplatz 7	Meike Neumaier Sophia Rottmann	645130
Kinder & Jugend	do	15:45-17:15	Am Sportplatz 7	Martina Kottek	645130
Kinder & Jugend	do	17:30-20:30	Am Sportplatz 7	Fabian Frühwacht, Meike Neumaier	645130
Kinder & Jugend	fr	18:00-20:30	Am Sportplatz 7	Andrijana Wessling	645130

Wandern

12.03.2026	do	Rodgaurundweg Teil 3	H. Schröter
16.04.2026	do	Rodgaurundweg Teil 4	H. Schröter
17.05.2026	so	Südlicher Spessart	Kh. Ruhl
11.06.2026	do	Hölderlinpfad	H. Schröter

Für alle Wanderungen
müssen Anmeldungen
beim jeweiligen
Wanderführer erfolgen

Veranstaltungskalender 2026		
Tanznachmittag 50+ „Frühlingserwachen“	21.03.2026 Ab 14:30 – 17:30	Ostring 18
Rödgau Bockt	25.04.2026	Sporthalle Weiskirchen
1.Mai Stadion-Sportfest	01.05.2026 Ab 10:00 Uhr	MES
3. Tanzwettkampf	09.05.2026 Ab 12:00 Uhr	Sporthalle Weiskirchen

Sonstige Projekte			
Sport/Gesundheitswoche	Sept.	10-30 Personen	Bad Hofgastein (Österreich)
Kurwoche	Juni		Bad Wörishofen
Kurwoche	Januar		Piestany (Slowakei)
Erholungswoche	Juli	15 Personen	Bad Orb
Jungsenioren-Treffen (Für unsere älteren Mitglieder)	mehrmals im Jahr	Termine siehe Aushang	Infos: Lore Fischer 06106/74260
Ferienspiele Ferienspiele	1. 1. u. 2	Woche Osterferien Woche Sommerferien	Weiskircher Str. 42 Weiskircher Str. 42
Inlinerkurs		5 Einheiten	Georg-Büchner-Schule (Schulhof)
Schwimmkurs Kinder	di 14.45, 15.30, 16.15 Uhr	10 Einheiten	Hallenbad Großkrotzenburg

Wir freuen uns auf Sie!