

Unser Angebot für Sie:

Der Turnverein Cochem stellt ein umfangreiches Sportprogramm zur Verfügung. Dies ist nur möglich, weil unsere Übungsleiter*innen zusätzliche Belastungen auf sich nehmen. Ein herzliches Dankeschön dafür!

Für alle Angebote gilt grundsätzlich:

-Bei Husten, Fieber, Übelkeit, Geruchs- und Geschmacksverlust: **Zu Hause bleiben!**

-Immer freundlich bleiben – Es geht um unser aller Gesundheit!

www.tv-cochem.de



Der Turnverein Cochem

bewegt uns

Immer und für alle jederzeit nutzbar:

Wald-Fitness-Trail mit Fitness-Station

Start: Conder Berg, Wanderparkplatz

Mit dem Bus stündlich ab Endertplatz: Linie 703



150 JAHRE SPASS am SPORT
150 JAHRE SPASS am SPORT



Turnverein "Eintracht"
1862 Cochem e.V.

Unser Angebot 2026 für Sie!



Stand: 28.10.2026

IHRE WOCHE MIT DEM TV COCHEM

MONTAG

16:30-17:30 Uhr	ZUMBA für Kids 4-8 Jahre	Bürgerhaus Sehl
16:30-18:00 Uhr	Leichtathletik	Stadion/BBS unten
16:00-18:00 Uhr	Geräturnen weib. 4-6 Jahre	TH GS oben
16:00-19:00 Uhr	Geräturnen weib. Leistung	TH GS oben
16:45-18:15 Uhr	BSG Badminton	Kloster Ebernach
18:15-19:30 Uhr	Herzsport Ü-Gruppe	TH BBS
18:00-19:00 Uhr	Laufftreff/Ganzkörperfit.	Wechselnde Orte
18:00-19:30 Uhr	Bogenschießen	Kloster Ebernach
18:30-20:00 Uhr	Herzsport T-Gruppe	TH BBS
19:00-20:00 Uhr	Gymnastik Frauen	TH GS unten
19:00-20:00 Uhr	Yoga/Dehnen (Kurs)	Bürgerhaus Sehl
20:00-21:30 Uhr	Gymnastik Frauen	TH GS oben

DIENSTAG

09:00-10:00 Uhr	Gefäßsport	Bürgerhaus Sehl
16:30-18:00 Uhr	BSG Springen, Laufen, Werfen	Kloster Ebernach
16:45-17:45 Uhr	Stadionkids in Bewegung	
	3-6 Jahre	Moselstadion
16:30-18:00 Uhr	Judo (Kinder/Jug.bis ca. 8 J.)	TH BBS oben
17:00-20:00 Uhr	Leichtathletik (Sommer)	Moselstadion
18:00-19:00 Uhr	Gymnastik Frauen	TH GS Dohr
18:00-19:30 Uhr	Judo (fortgeschritt. Jugend)	TH BBS oben
18:00-20:00 Uhr	ZUMBA Fitness (Kurs)	TH GS unten
19:30-21:30 Uhr	Volleyball	TH GS oben
19:30-21:30 Uhr	Judo (Erw.)	TH BBS oben
19:00 – 21:00 Uhr	Aikido	Bürgerhaus Sehl

MITTWOCH

14:30-15:15 Uhr	KiTu 5-6 Jahre (Turnzwerge)	TH GS Bruttig
15:20-16:05 Uhr	Eltern-Kind-Turnen (Frösche)	TH GS Bruttig
16:15-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen (Flöhe)	TH GS Bruttig
16:00-17:30 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	TH GS unten
16:15-17:15 Uhr	Judo (Budo-Kids-10 Jahre)	TH Treis-Karden
16:30-17:45 Uhr	Nordic Walking	Kloster Ebernach
16:30-18:00 Uhr	Leichtathletik (Sommer)	Stadion/BBS unten

16:30-18:00 Uhr	Geräturnen 5-8 Jahre	TH GS oben
18:00-20:00 Uhr	Geräturnen Wettkampf	TH GS oben
17:00-18:00 Uhr	Stadionkids in Bewegung	
	(6-10 Jahre)	Moselstadion
17:00-20:00 Uhr	Tanzen	TH GS Dohr
18:00-19:00 Uhr	Laufftreff/Ganzkörperfit.	Wechselnde Orte
17:15-18:30 Uhr	Judo (Young Fighters)	TH Treis-Karden
18:00-22:00 Uhr	Tischtennis (Jug.+Erw.)	TH GS unten
18:00-19:30 Uhr	Bogenschießen	Kloster Ebernach
18:30-20:00 Uhr	Jiu-Jitsu	Bürgerhaus Sehl



DONNERSTAG

09:00-10:00 Uhr	Yoga	Bürgerhaus Sehl
09:15-10:30 Uhr	Babyturnen&Mamafitness	Bürgerhaus Sehl
15:30-16:15 Uhr	Kinderturnen 3-6 Jahre	ruht
16:45-18:00 Uhr	Kinderturnen 6-10 Jahre	ruht
16:00-19:30 Uhr	Leistungsturnen Mäd.	TH GS oben
17:00-18:00 Uhr	Tanzen 3-7 Jahre	TH GS unten
16:30-17:30 Uhr	BSG Kegeln	Kloster Ebernach
16:45-18:15 Uhr	BSG Fußball	Kloster Ebernach
18:00-19:00 Uhr	Tanzen 7-10 Jahre	TH GS unten
19:00-22:00 Uhr	Tanzen	TH GS unten
19:30-20:30 Uhr	ZUMBA Gold (Kurs)	Bürgerhaus Sehl
20:00-22:00 Uhr	Sport für Männer (Sen)	TH BBS oben

FREITAG

10:00-11:00 Uhr	Aktiv-Walk	Conder Berg
16:00-17:30 Uhr	Geräturnen Spaßturnen.	TH GS oben
16:00-19:00 Uhr	Tanzen	Kloster Ebernach
16:30-17:45 Uhr	Judo (Kinder bis 8 J.)	Bürgerhaus Sehl

17:45-19:15 Uhr	Judo Fortgeschrittene	Bürgerhaus Sehl
17:00-18:30 Uhr	Geräturnen Jugend	TH GS oben
17:00-19:00 Uhr	Leichtathletik	Stadion/Kaserne
17:00-18:00 Uhr	Gymnastik Frauen	TH GS unten
18:00-19:30 Uhr	Tischtennis (Jugend)	TH GS unten
18:30-21:30 Uhr	Geräturnen Jungs	TH GS oben
18:30-20:00 Uhr	Geräturnen Wettkampf	TH GS oben
18:00-19:00 Uhr	Laufftreff/Ganzkörperfit.	Wechselnde Orte
18:00-20:00 Uhr	Hanbo-Jitsu	Bürgerhaus Sehl
20:00-22:00 Uhr	Tischtennis (Erw.)	TH GS unten
19:30-21:30 Uhr	Kampfsport Judo (Erw.)	Bürgerhaus Sehl
19:15-21:15 Uhr	Aikido (Erw.)	Bürgerhaus Sehl

SAMSTAG

09:30-13:00 Uhr	Leistungsturnen Mäd. fort.	TH GS oben
-----------------	-----------------------------------	------------

SONNTAG

17:00-20:00 Uhr	Leistungsturnen Jungen	TH GS oben
10:30-12:00 Uhr	Leichtathletik	Moselstadion
16:00-17:30 Uhr	Tai Chi	Bürgerhaus Sehl

TRAININGSSTÄTTEN:

TH GS Bruttig:	Birkenstr. , 56814 Bruttig
TH GS Dohr:	Hauptstr. 1, 56812 Dohr
TH GS unten	Jahnstr. 21, 56812 Cochem
TH GS oben	dito: Zugang über "Hinter Kempeln
TH Realschule	Schlossstr. 34, 56812 Cochem
TH Gymnasium	Schlossstr. 28, 56812 Cochem
TH BBS oben/unten	Ravenéstr. 19, 56812 Cochem
TH Treis-Karden:	Hinter Abend 1, 56253 Treis
Moselstadion:	Stadionstr.10, 56812 Cochem
Bürgerhaus Sehl:	Wäldchesweg 9, 56812 Cochem
TH Kloster Ebernach	Bruder-Maximilian-Weg 1, 56812 Cochem
Conder Berg	Wanderparkplatz an der K59
Bewegungssteine XXL	In Kaas, 56812Cochem-Cond
(Kurs) =steht auch Nichtmitgliedern offen	
In den Begegnungssportgruppen (BSG) trainieren Menschen mit und ohne Behinderungen	

Kontakt Übungsleiter:

www.tv-cochem.de/ Stand:28.10.2026