Kursplan: Turnhalle

Winterbelegung

MONTAG

15:45 – 16:45
Gesundheitstraining (Wirbelsäulengymnastik)
mit Irmgard

17:00 – 18:30
Wintertraining Fußball F-Jugend

18:45 – 19:45
Gesundheitstraining (Wirbelsäulengymnastik)
mit Irmgard

20:00 – 22:00
Tischtennis Erwachsene (1. & 2. Mannschaft)
mit Mike

DIENSTAG

14:00 – 14:50
Turnen und Ballspiele 1.+2. Klasse
mit Julia

14:55 – 15:45
Turnen und Ballspiele 3.+4. Klasse
mit Julia

15:45 – 16:45
Eltern-Kind-Turnen
mit Anne

16:45 – 17:45
Wintertraining Fußball G-Jugend

18:00 – 19:00
Turnen und Ballspiele ab 5. Klasse
mit Marion

19:00 – 20:00
FIT ab 50
mit Marion

20:00 – 22:00
Tischtennis Erwachsene (3. & 4. Mannschaft)
mit Mike

MITTWOCH

16:00 – 17:00
Turnen Kindergartenkinder („NEUE“ & MITTELKINDER)
mit Anne

17:00 – 18:00
Turnen Kindergartenkinder (VORSCHULKINDER)
mit Anna und Markus

18:00 – 19:00
Wintertraining Tennis

19:00 – 20:00
STEP-AEROBIC/ Einfach Tanzen
mit Irmgard

20:00 – 22:00
Tischtennis Erwachsene (freies Training für alle)
mit Mike

DONNERSTAG

17:45 – 19:15
Volleyball
mit Jule

19:15 – 20:45
4xF CrossTraining BTV
mit Rainer

FREITAG

15:00 – 16:00
Wintertraining Tennis

16:00 – 19:00
Tischtennis Kinder/Jugend
mit Mike

19:00 – 22:00
Tischtennis Punktspiele Erwachsene

SAMSTAG

10:00 – 11:30
Badminton
mit Farooq

11:30 – 13:30
Wintertraining Tennis

Kursplan: Sportheim-Auer Straße

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	09:30 – 10:30 Einfach Tanzen mit Irmgard	09:30 – 10:30 Geselliges Tanzen mit Irmgard		08:30 – 09:30 Pilates mit Katharina
	17:30 – 19:00 Teenie-Tanz (ab 5. Klasse) mit Lea			15:00 – 15:45 Kreativer Kindertanz (Kindergartenkinder) mit Susi und Genoveva
19:00 – 20:00 Pilates mit Katharina	19:00 – 20:30 QiGong/TaiJi mit Irmgard		19:30 – 21:00 Yin Yoga mit Sonja	16:00 – 17:00 Kreativer Kindertanz (Grundschulkinder) mit Susi

Stand: 01.11.2026