

Trainingsplan - Hallenplan



Montag	Turnhalle	16:00 - 17:00	Eltern u. Kind-Turnen
	Hauptschule	17:00 - 18:00	Eltern u. Kind-Turnen
		18:00 - 20:00	Schülerinnen/Schüler Fördergruppe
		20:00 - 21:30	Aktiv älter werden für Frauen ab 60
	Kinder- u. Jugendheim neue Halle	17:30 - 18:30	Wirbelsäulengymnastik 1
		18:45 - 19:45	Wirbelsäulengymnastik 2
		20:00 - 21:00	Wirbelsäulengymnastik 3

Dienstag	Turnhalle	18:00 - 20:00	Tischtennis Jugend
	Hauptschule	20:00 - 22:00	Tischtennis Herren
	Kinder- u. Jugendheim alte Halle	20:00 - 22:00	Volleyball Freizeitgruppe
	Kinder- u. Jugendheim neue Halle	19:45 - 20:45	Zumba

Mittwoch	Turnhalle	10:30 - 11:30	Seniorengymnastik
	Hauptschule	17:30 - 18:45	Schülerinnen Klasse 1-4
		18:45 - 20:00	Schülerinnen Klasse 5-9
	Kinder- u. Jugendheim neue Halle	20:00 - 21:30	Fit und Gesund für Frauen bis 60

Donnerstag	Turnhalle	18:00 - 20:00	Tischtennis Jugend
	Hauptschule	20:00 - 22:00	Tischtennis Herren

Freitag	Turnhalle	16:00 - 17:00	Vorschulgruppe
	Hauptschule	17:00 - 18:00	Schülergruppe
		18:00 - 21:00	Schüler/Schülerinnen Fördergruppe
	Kinder- u. Jugendheim	17:15 - 18:00	Aikido Kinder 6 bis 9 Jahre
		18:15 - 19:15	Aikido Kinder und Jugendliche 10 bis 15 Jahre
		19:45 - 21:15	Aikido Erwachsene ab 16 Jahre