

Sportangebote der Turnabteilung

Ansprechpartner: Gisbert Quelle, Tel.: 06192-967350

Tag	Uhrzeit	Angebot
Montag	16.00 – 17.00	„Tanz-Alarm“ f. Mädchen von 4-5 J.
	17.00 – 18.00	„Tanz-Alarm“ f. Mädchen ab 6 Jahre
	19.00 – 20.15	Allgemeine Gymnastik für Frauen
	20.00 – 21.00	Männer Winterfit im Winterhalbjahr
	20.15 – 21.15	Power Gymnastik für Frauen
	21.15 – 23.00	Spielstunde Volleyball
Dienstag	14.00 – 15.00	Kinderturnen 5-6 Jahre
	15.00 – 16.00	Geräteturnen für Mädchen ab 1.Schulj.
	19.15 – 20.15	Body-Balance Kurs ab 2. August
	20.15 – 21.45	Yoga Kurs ab 2. August
Mittwoch	10.30 – 11.30	Total Body Condition Kurs
	15.00 – 16.00	Kinderturnen 4-5 Jahre, geplant ab Okt.
	16.00 – 17.00	Kinderturnen 3-4 J., geplant ab Okt.
	18.00 – 19.00	Pilates für Einsteiger ab 10. August
	19.15 – 20.15	Pilates - Kurs ab 3. August
	19.30 – 20.30	die „Oldies“, Gymnastik für Senioren Im Sommer ab 19.00 in der Halle
	20.30 – 22.00	„Borzeler“, Sport und Spiel für Männer In Sommer ab 19.30 am Sportplatz
	20.30 – 21.30	Zumba Fitness Kurs ab 17. August
Donnerstag	9.30 – 11.00	Yoga Kurs am Morgen ab 4. August
	14.30 – 15.30	Kinder 3-4 Jahre bis Oktober
	15.00 – 16.00	Gymnastik für Seniorinnen
	15.30 – 17.00	Koordination, Ballspiele ab 7 Jahre
	17.00 – 18.30	Yin-Do-Yutsu Selbstverteidig.f. Kinder
	18.30 – 20.00	Yin-Do-Yutsu für Jedermann/frau
Freitag	11.10 – 12.10	Eltern – Kind , ab1 Jahr „Purzelbären“
	15.00 – 17.00	Nordic Walking
	19.00 – 20.00	BBP-Bauch, Beine, Po - Kurs ab 29.Juli

Soweit nicht anders vermerkt, finden die Veranstaltungen nach den Ferien ab dem 8. August in der Wilhelm-Busch-Halle statt.

Stand: Juli 2011