



Turnen

Trainingszeiten der Turnabteilung Stand Januar 2025

Montag	
16:00-16:45	<u>3-4 Jahre</u> bei Sarah, Mühlwaldhalle
19:30-20:30	<u>Fitnessmix</u> bei Tanja, Mühlwaldhalle
19:30-20:30	<u>Zumba Gold®</u> bei Petra, Schulaula
Dienstag	
18:00-20:00	<u>Gerätturnen</u> Fördergruppe bei Thomas, ab Altersklasse 14 Jahre bis 20:30 Uhr , Sonnenberghalle
18:00-20:00	<u>Gerätturnen</u> Wettkampfgruppe bei Amelie, Mühlwaldhalle
Mittwoch	
17:15-18:15	<u>Seniorengymnastik</u> bei Ulrike, Mühlwaldhalle
18:00-19:00	<u>Viet Vo Dao</u> bei Ralf, Sonnenberghalle
19:00-20:00	<u>Tai-Chi</u> Kurs bei Ralf, Sonnenberghalle
19:15-20:00	<u>CIRCL Mobility™</u> bei Petra, Mühlwaldhalle
20:00-21:00	<u>Zumba Fitness®</u> bei Petra, Mühlwaldhalle
Donnerstag	
15:15-16:30	<u>Eltern- Kind-Turnen</u> bei Ines und Tanja, Sonnenberghalle
18:30-19:30	<u>Rhönrad-Turnen</u> bei Yasemin, Sonnenberghalle
19:00-20:00	<u>Kraft und Fitness</u> bei Thomas, Mühlwaldhalle
20:00-21:00	<u>Pound®Fitness</u> Kurs bei Petra, Mühlwaldhalle
Freitag	
09:30-10:15	<u>Zumba Gold®</u> temporeduziert für Anfänger und Senioren bei Petra, Mühlwaldhalle
10:30-11:15	<u>CIRCL Mobility™</u> bei Petra, Mühlwaldhalle
15:30-17:00	<u>Grundlagen Gerätturnen</u> bei Alina B. Mühlwaldhalle
16:00-17:00	<u>Ab 5 Jahre - inkl. 1. Klasse</u> bei Yesim, Sonnenberghalle (ab Februar 2025)
17:00-19:00	<u>Klassisches Gerätturnen</u> bei Ina und Emily, Mühlwaldhalle
18:30-20:30	<u>Gerätturnen</u> Fördergruppe bei Thomas und Angela, Sonnenberghalle
19:00-20:30	<u>Gerätturnen</u> Wettkampfgruppe bei Amelie, Sonnenberghalle

Änderungen sind in Rot gekennzeichnet.