Kursplan SpVgg Lagerlechfeld & TSV Graben

Uhrzeit	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Sonntag
Halle	Halle Lagerlechfeld	Graben Halle Süd	Graben Halle Nord	Spiegelsaal	Halle Lagerlechfeld	Graben Halle Süd	Graben Halle Nord	Spiegelsaal	Halle Lagerlechfeld	Graben Halle Süd	Graben Halle Nord	Spiegelsaal	Halle Lagerlechfeld	Graben Halle Süd	Graben Halle Nord	Spiegelsaal	Halle Lagerlechfeld	Graben Halle Süd	Graben Halle Nord	Spiegelsaal	Halle Lagerlechfeld
08:00 - 09:00																				8:00 – 9:00 Uhr Power Fit & Fun ÜL: Anja Rolke	
09:00 - 10:00					09:00 - 10:00 Indoor Radeln ÜL:Melanie Grube							9:00- 10:00 Uhr Wirbelsäulen-gymnastik ÜL: Doris Philipp	9:00- 10:00 Uhr Indoor Radeln ÜL: Mona Schmitz				9:00- 10:00 Uhr Jumping Fitness ÜL: Tamara Jung			09:30 – 11:00 Uhr Yoga ÜL: Irene Bentele	09:00 - 10:30 Uhr Indoor Cycling ÜL: Melanie Grube
10:00 - 11:00				10:00 - 11:00 Fit Mix ÜL: Petra Knittel		10:00 - 11:30 Uhr Eltern-Kleinkind-Turnen (bis 3 Jahre) ÜL: Sabine Haaphoff															
11:00 - 12:00																					
14:00 - 15:00									14:30 - 15:30 Uhr Senioren Gymnastik ÜL: Elsa Bauer					14:00 - 15:00 Uhr Tanzmäuse (5 - 6 Jahre) ÜL: Viktoria Hadersdorfer				14:00 – 15:00 Uhr Fit für Kids (4 - 6 Jahre) ÜL: Anja Schiessler			
15:00 - 16:00						14:45 - 15:45 Uhr Eltern-Kind Turnen ÜL: Petra Engelhardt				15:00 - 16:00 Uhr Sportpiraten (ab 5 Jahre) ÜL: Caro Hartmaier, Dani Waldmann				15:30 - 16:30 Uhr Tanzküken (3 - 4 Jahre) ÜL: Viktoria Hadersdorfer	15:00 - 17:00 Uhr Spiel und Spass (ab 3 Jahre) ÜL: Anja Rolke *Vereinsheim Graben*			15:00 – 16:00 Uhr Let's Turn (6 - 8 Jahre) ÜL: Anja Schiessler		
16:00 - 17:00	16:00 - 17:00 Uhr Jumping Kids ÜL: Tina Berndt ab 06.09.	16:00 - 17:00 Uhr Sportkids ÜL: Ute Hofmann	16:00 - 17:00 Uhr Eltern-Kind Turnen ÜL: Jasmin Möhler				16:00 - 17:00 Uhr Abenteuer-Turnen ÜL: Tina Berndt			16:00 - 17:00 Uhr Sportpiraten (ab 7 Jahre) ÜL: Anika Knoke						16:30 - 17.30hr Dancing Queens ab 7 Jahre ÜL: Emma Hafner, Lena Lipp	16:30 - 17:30 Uhr Indoor Cycling ÜL: Micha Grube	16:00 - 17:00 Uhr Fit for Kids Turnen ab 4 Jahren ÜL:Melanie Glas	16:00 - 17:00 Uhr Tennis Bambini ÜL: Dorota & Thomas Rohrer Nur Vorab über FitnessCard	
17:00 - 18:00	17:00 - 18:00 Uhr Jumping Fitness ÜL: Tamara Jung	17:00 - 18:00 Uhr Tennis ÜL: Dana Höß	17:00 - 18:00 Geräteturnen (10-14 Jahre) ÜL: Anja Schießler							17:00 - 18:00 Uhr Sportpiraten (ab 10 Jahre) ÜL: Martin Hätzel		17:00 - 18:00 Uhr Body Fit ÜL: Linda Pollner				17:00 - 18:00 Uhr Tanzprinzessinen ab 6 Jahre ÜL:Emma Hafner		17:00 – 18:00 Uhr Geräteturnen (Alter in Absprr. mit Trainer) ÜL: Anja Schiessler	17:00 - 18:00 Uhr Tennis (Kinder/ Jugend) ÜL: Dorota & Thomas Rohrer	
18:00 - 19:00	18:00 - 19:00 Uhr Indoor Cycling ÜL: Andreas Knoll	18:00 - 19:30 Uhr Tischtennis für Jugendliche ÜL: Roland Remer	18:00 - 19:00 Turnteens (10-14 Jahre) ÜL: Anja Schießler	18:00 - 19:00 Uhr Fitness-Boxen (ab 12 Jahre) ÜL: Tino Süß	18:00 - 19:00 Uhr Body Balance ÜL: Kristin Meyer			18:30 - 20:00 Funktions gymnastik (für Frau und Mann ab 40) ÜL: Anette Bartek	18:00 - 19:15 Indoor Cycling ÜL: Andreas Knoll	18:00 - 19:30 Uhr Fußball ÜL: Roland Hausner		18:00 - 19:00 Uhr Body Fit ÜL: Linda Pollner	18:00 – 19:00 Uhr Jumping Fitness ÜL: Alexandra Schedler			18:00 – 19:00 Uhr Dancing Stars ab 9 Jahre ÜL: Sabrina Beer	18:00 – 19:00 Uhr HipHop (7-11 Jahre) ÜL: Cecilia Lindborg	SpVgg - Nicht über FitnessCard	SpVgg - Nicht über FitnessCard	
19:00 - 20:00	18:00 - 19:00 Uhr Indoor Radeln ÜL: JAndreas Knoll			19:00 - 20:00 Uhr Muskel & Kondition ÜL: Anja Schießler, Anja Rolke	19:00 - 20:00 Step ÜL: Kristin Meyer		19:00 - 20:00 Fit mit Joggen (ab 14 Jahre) ÜL: Anja Rolke *Treffpunkt Werkstoffhof*	Findet nur bei nicht statt	19:30 - 20:30 Uhr Jumping Fitness ÜL: Nathalie Cena	19:30 - 20:30 Uhr Zumba	18:00 - 22:00 Uhr Fußball ÜL: Roland Hausner Findet nur in der Winterpause statt - Oktober bis April	19:00 - 20:00 Uhr Power-Gym + Yoga ÜL: Doris Philipp	19:00 - 20:00 Uhr Body Pump ÜL: Kristin Meyer		19:00 - 20:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik ÜL: Elsa Bauer	19:00 - 20:00 Uhr Fitness mit Anja (ab 12 Jahre) ÜL: Anja Rolke	19:00 - 20:00 Uhr HipHop (11-13 Jahre) ÜL: Cecilia Lindborg	18:00 - 22:00 Uhr Tischtennis für Erwachsene ÜL: Roland Remer	18:00 - 22:00 Uhr Tischtennis für Erwachsene ÜL: Roland Remer	19:30 - 21:00 Kampf Sport Campus ÜL:Peter Böhm	
20:00 - 21:00	20:00 - 21:00 Uhr HipHop (14-22 Jahre) ÜL: Laura Liehr	20:00 - 21:30 Uhr Tischtennis für Erwachsene ÜL: Roland Remer	20:00 - 21:30 Badminton ÜL: Maximilian Maywald	20:15 - 21:45 Uhr Yoga ÜL: Irene Bentele	20:00 - 21:00 Uhr Body Cross ÜL: Kristin Meyer	20:00- 22:00 Skigymnastik ÜL: Heinz Hartwig	20:15 - 21:30 Uhr Armwrestling ÜL: Daniel & Stefan Imminger	20:00 - 21:30 Uhr Yoga ÜL: Andrea Knoll	20:30 - 21:30 Uhr Jumping Fitness ÜL: Nathalie Cena	20:30 - 21:30 Uhr Fußball ÜL: Roland Hausner		20:00 - 21:00 Uhr Lauftraining ÜL: Steffi Lux	20:00 - 21:00 Uhr Spinning ÜL: Kristin Meyer	20:00 - 21:30 Uhr Men in Motion (Freizeitsport für Männer) ÜL: Martin Hätzel	20:00 - 22:00 Uhr Volleyball ÜL: Peter Konietzka	20:00 - 21:00 Uhr Hip Hop Just 4 Fun ÜL: Marta Frei	Findet nur bei nicht statt			
21:00 - 22:00		SpVgg - Nicht über FitnessCard				Findet nur in der Winterpause statt - Oktober bis April				Findet nur in der Winterpause statt - Oktober bis April											