



# Sportangebote

Turnen, Fitness- und Gesundheitssport, Cheerleading



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
9.00 – 10.00 Uhr <b>Fit ab 60</b> Seniorengymnastik	9.30 – 11.00 Uhr <b>Purzelturnen</b> Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre	9.30 – 11.00 Uhr <b>HATHA Yoga</b> Kurssystem	14.30 – 16.00 Uhr <b>Kinderturnen</b> Ab 5 Jahre	9.30 – 10.30 Uhr <b>Fit ab 50</b> Seniorengymnastik VGH		10.30 – 12.30 Uhr <b>Cheerleading</b> 5 bis 11 Jahre
10.00 – 11.00 Uhr <b>Fit ab 60</b> Seniorengymnastik	16.00 – 19.00 Uhr <b>Leistungsturnen</b> nur nach Sichtungstraining	15.30 – 17.10 Uhr <b>Kinderturnen</b> Eltern-Kind-Turnen ab 3 Jahren	16.15 – 17.45 Uhr <b>Cheerleading</b> Fortgeschrittene 7 bis 11 Jahre	14.30 – 16.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Einsteiger 5 bis 11 Jahre		12.00 – 14.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Männer und Frauen ab 15 Jahre
16.00 – 19.30 Uhr <b>Leistungsturnen</b> nur nach Sichtungstraining	19.00 – 20.00 Uhr <b>Body-Fit</b> Gesundheitsorientierte Gymnastik	17.10 – 18.10 Uhr <b>Kunterbuntes Sportangebot</b> ab 7 Jahren	17.45 – 19.15 Uhr <b>Breitensport</b> Spiel und Sport für Mann und Frau	16.00 – 19.30 Uhr <b>Leistungsturnen</b> nur nach Sichtungstraining		14.00 – 16.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Mädchen und Jungen 12 bis 15 Jahre
20.00 – 21.00 Uhr <b>Präventive Fitnessgymnastik</b> Kurssystem	20.00 – 21.00 Uhr <b>Fitnessgymnastik</b>	18.15 – 20.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Mädchen und Jungen 12 – 15 Jahre	19.15 – 20.15 Uhr <b>Funktionales Ganzkörpertraining</b> Kurssystem	19.30 – 22.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Frauen und Männer ab 16 Jahren		
		20.00 – 22.00 Uhr <b>Cheerleading</b> Frauen und Männer ab 16 Jahren	20.15 – 21.15 Uhr <b>Zumba</b> Kurssystem			