

# SV-TRAININGS AB SEPTEMBER 2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>14.00 Uhr</b>					<b>13.45 – 14.45 Uhr Rückengymnastik</b>	<b>10.00 -11.00 Uhr Dance Girls (ab 5. Klasse)</b>
<b>16.00 Uhr</b>					<b>16.00 – 17.00 Uhr Kinderturnen (ab 3)</b>	
<b>17.00 Uhr</b>	<b>17.00 – 18.00 Uhr Dance Kids (ab 5 Jahre)</b>	<b>17.00 – 18. 15 Uhr Training F-Jugend</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr Training Minikicker</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr Training E-Jugend</b>	<b>17.00 – 18.00 Uhr Kinderturnen (ab 6)</b>	
<b>18.00 Uhr</b>	<b>18.00 -19.00 Uhr Multi- Funktionstraining</b>	<b>18.15 – 19.15 Uhr Full Body Workout Männer</b>	<b>18.30 – 20.00 Uhr Step &amp; Functional Kombistunde aus : 45 Minuten Step +</b>			
<b>19.00 Uhr</b>	<b>19.00 – 20.00 Uhr Full Body Workout Ladies</b>	<b>19.15 – 20.15 Uhr Rückengymnastik</b>	<b>Ab 19.15 Uhr: 45 Minuten Workout (kann auch getrennt besucht werden)</b>	<b>19.00 – 20.00 Uhr Pumping (Langhantel)</b>		
<b>20.00 Uhr</b>	<b>20.00 – 21.30 Uhr Volleyball</b>	<b>20.15 – 21.30 Uhr Badminton</b>	<b>20.00 Uhr Training 2. Mannschaft</b>	<b>20.00 – 21.30 Uhr Basketball</b>		