

SV-TRAININGS HERBST 2023 (GÜLTIG AB 07.08.2023)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14.00 Uhr					13.45 – 14.45 Uhr Rückengymnastik	10.00 -11.00 Uhr Dance Girls (ab 5. Klasse)
16.00 Uhr					16.00 – 17.00 Uhr Kinderturnen (ab 3)	
17.00 Uhr	17.00 – 18.00 Uhr Dance Kids (ab Vorschul- jahrgang)	17.15 – 18. 30 Uhr Dance Girls (ab 5. Klasse) Im Winter: Training F-Jugend	17.00 – 18.00 Uhr Training Minikicker	17.00 – 18.30 Uhr Training E-Jugend	17.00 – 18.00 Uhr Kinderturnen (ab 6)	
18.00 Uhr	18.30 – 20.00 Uhr Step & Functional Kombistunde aus : 45 Minuten Step +	18.30 Uhr – 19.30 Uhr Rückengymnastik	18.00 -19.00 Uhr Multi- Funktionstraining	18.00 – 19.15 Uhr YOGA (Sportraum Kiga Zauberland, nur mit Anmeldung)	18.00 – 19.00 Uhr ZUMBA Strong Nation	
19.00 Uhr	Ab 19.15 Uhr: 45 Minuten Workout (kann auch getrennt besucht werden)		19.00 – 20.00 Uhr ZUMBA Classic	19.00 – 20.00 Uhr Ab Oktober: Fit4Drums (nur mit Anmeldung)		
20.00 Uhr	20.00 Uhr Volleyball	20.00 Uhr Badminton	20.00 Uhr Training 2. Mannschaft	20.00 Uhr Basketball		