



# Übungsplan

gültig ab 19.10.2020 bis 01.11.2020

|            |               |  |  |  |
|------------|---------------|--|--|--|
| Montag     | 17.15 – 18.15 | Gymnastik für Frauen                     | Heidi Stoll  | Vereinshalle                                     |
|            | 18.30 – 19.45 | Badminton f. Jugendliche                 | Alexander Matecka  | Sporthalle                                       |
|            | 20.00 – 22.00 | Badminton                                | Roland Zentner   | Sporthalle                                       |
|            | 20.00 – 21.00 | Body-Forming                             | Martina Boxberger<br>Vertr. Silke Hirschmann               | Vereinshalle                                     |
| Dienstag   | 09.30 – 10.45 | Nordic-Walking                           | Günter Dinges  | Treffpunkt:<br>Spielplatz Gottesthal             |
|            | 16.15 – 17.15 | Leichtathletik<br>1. - 4. Klasse         | Tanja Pfaff<br>Katrin Wittemann                            | Kleinsportanlage /<br>Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b> |
|            | 19.00 – 22.00 | Tischtennis <b>Gruppe I</b>              | Günter Bergmann  | Sporthalle                                       |
|            | 19.00 – 20.00 | Walking /<br>Bewegung und Tanz           | Corina Hegebart-Klier                                      | Parkplatz Bürgerhaus /<br>Vereinshalle           |
| Mittwoch   | 09.00 - 10.00 | BBP & Rücken                             | Regina Schreiber   | Vereinshaus                                      |
|            | 16.30 – 17.30 | Spiel & Spaß in der Halle<br>5 - 7 Jahre | Rosel Freimuth<br>Silke Hirschmann<br>Yvonne Kinkel        | Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b>                       |
|            | 17.45 – 18.45 | Trampolin (Gruppe 1)<br>ab Jahrgang 2012 | Rosel Freimuth<br>Yvonne Kinkel                            | Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b>                       |
|            | 19.00 – 20.00 | Trampolin (Gruppe 2)<br>ab Jahrgang 2009 | Rosel Freimuth<br>Yvonne Kinkel<br>Till Rheinberger        | Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b>                       |
|            | 17.00 – 17.45 | Pilates                                  | Friederike Urbach  | Vereinshaus                                      |
|            | 18.00 – 18.45 | Fit & Gesund 50+                         | Friederike Urbach  | Vereinshaus                                      |
|            | 19.00 – 21.00 | Zumba Fitness                            | Nicole Witte   | Vereinshaus                                      |
| Donnerstag | 16.15 – 17.15 | Leichtathletik<br>4 - 6 Jahre            | Julia Walther<br>Anna Sarah Lilienström<br>Niklas Eriksson | Kleinsportanlage /<br>Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b> |
|            | 16.00 – 17.00 | Yoga für Ältere                          | Heidi Stoll  | Vereinshaus                                      |
|            | 17.15 – 18.00 | Pilates                                  | Friederike Urbach  | Vereinshaus                                      |
|            | 18.15 – 19.15 | Yoga                                     | Heidi Stoll  | Vereinshaus                                      |
|            | 17.30 – 19.00 | Tischtennis<br>SchülerInnen              | Bernd Kühn   | Sporthalle <b>ENTFÄLLT</b>                       |
|            | 19.15 – 22.00 | Tischtennis <b>Gruppe II</b>             | Helmut Zimmer  | Sporthalle                                       |
|            | 20.00 – 21.30 | Step Aerobic<br>BBP/Ausdauer/Kräftigung  | Silke Hirschmann<br>Vertr. Uli Winterhalter                | Vereinshalle                                     |
| Freitag    | 16.00 – 17.15 | Gerätturnen Gruppe I                     | Carina Zuther<br>Vertr. Saskia Winterhalter                | Sporthalle /<br>Vereinshalle <b>ENTFÄLLT</b>     |
|            | 17.30 – 18.30 | Gerätturnen Gruppe II                    | Selina Rößler<br>Vertr. Saskia Winterhalter                | Sporthalle /<br>Vereinshalle <b>ENTFÄLLT</b>     |
|            | 18.45 – 20.00 | Gerätturnen Gruppe III                   | Anja Rheinberger<br>Vertr. Corina Hegebart-Klier           | Sporthalle /<br>Vereinshalle <b>ENTFÄLLT</b>     |
|            | 20.15 – 22.00 | Jedermann Sport                          | Günter Dinges  | Sporthalle                                       |
| Samstag    | 15:00 – 17:30 | Tischtennis <b>Gruppe III</b>            | Günter Bergmann  | Sporthalle                                       |
|            |               |  |  |  |