

Sportgruppe Frauenzell – Muthmannshofen e.V. Hallenbelegungsplan 2019/2020

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Bezeichnung	Übungsleiter	Telefon
Montag	18.00 - 19.30	Tischtennis-Jugend		Jens Hempel	08373 / 4670234
	19.30 - 22.00	Tischtennis-Erwachsene		Jens Hempel	08373 / 4670234
Dienstag	16.00 – 17.00	Mutter/Vater-Kind turnen	Für Kinde ab ca. 2 Jahren	Birgit Dorn	08373 / 921370
	17.15 - 18.15	Kinderturnen ab 5 Jahren	Bewegung macht Spaß!	Beate Schönmetzler Ursula Krug-Würzer Deborah Steinle	08373 / 8368 08373 / 935971 08373 / 987591
	19.30 - 21.00	Women-Aktiv	Fitness für Frauen	Andrea Link Marianne Völk Tanja Wurster	08373 / 8150 08373 / 8977 08373 / 987509
Mittwoch	08:45 – 09:45	Gymnastik am Morgen für Frauen	für Einsteiger und Wiedereinsteiger Übungen zum Wohlfühlen, Muskelaufbau u. Steigerung der Vitalität	Christiane Schindele Andrea Kathan	08373 / 8659 08373 / 987588
	19.15 – 22.00	Männergymnastik	Krafttraining, Radeln, Volleyball, Joggen, Nordic-Walking	Meinrad Merk	08373 / 8935
Donnerstag	17.00 - 18.00	Kinderjazz	ab 6 Jahren bis zur 3. Klasse	Brigitte Dambach Sabine Hiemer	08373 / 987111 08373 / 935007
	17.45 - 18.40	Kinderjazz	ab der 4. Klasse	Brigitte Dambach Sabine Hiemer	08373 / 987111 08373 / 935007
	18.45 - 20.15	Lady-Power	Step-Aerobic, Radeln, Muskelfunktion, BBP, Yoga, Taebo	Birgit Gruber Andrea Kathan	08373 / 8658 08373 / 987588
	20.15 - 22.00	Fit für den Winter - Schigy		Richard Schindele	08373 / 8659
Freitag	19.15 - 20.30	Aktiv und gesund	Bewegungsprogramm für Männer und Frauen, auch für Neueinsteiger	Bruno Küber	08373 / 8690

