Trainingsplan, ab 02.06. 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag Sonntag
Lauftreff/Walking 08.15 Uhr	Boule 10.00 – 12.30 Uhr ab 09.06.	Laufreff/Walking 08.15 Uhr	Bodyfit 09.00 – 10.00Uhr		**Samstag** Boule ab 06.06. 17.30-20.00 Uhr
Friesenpower 18.30 – 19.30 Uhr	Geräteturnen männl. 17.00 – 19.00 Uhr Übungsleiter kontaktieren	Parkour 18.00 – 19.30 Uhr Übungsleiter kontaktieren	Seniorensport 10.15 – 11.15 Uhr	Dance Club Dream Dancer 16.00 – 17.00 Uhr	**Sonntag** Lauftreff Herren 10 Uhr
Leichtathletik+ Schüler/innen 16.45-18.15 Sportabzeichen+ ab 18.30 Uhr	Frauengymnastik ab 25.08. 19.15 – 20.45 Uhr	Tango 18.00 – 19.00 Uhr	Geräteturnen männl. 17.00 - 19.45 Uhr Übungsleiter kontaktieren	Rückengymnastik 17.30 – 18.30 Uhr	
Frauengymnastik ab 08.06. 20.00 -21.30 Uhr	Tischtennis* 17.00- 22.00 Uhr Übungsleiter kontaktieren	Pilates Kurssystem, voll belegt 19.30-20.30 Uhr	Tischtennis* 17.00 – 22.00 Uhr Übungsleiter kontaktieren	Zumba 18.45 – 19.45 Uhr	
			Fitnessgymnastik 20.00 – 21.30 Uhr	Freitagsturner 20.00 – 22.00 Uhr	

* Turnhalle der Realschule Am Schießberg
+Training findet im Hofbachstadion statt
rot gedruckt: Abweichung beachten!