

# Programm Turnabteilung

## Herbst - Winter 2016 / 2017

<b>Montag</b>	08:45 – 10:15 Uhr	G	<i>Kursprogramm:</i> <b>Yoga am Morgen</b> Sanfteres Yoga für Erfahrene & geübte Anfänger / 10 mal	Maria Berger	Yoga Lehrerin
	17:15 – 18:30 Uhr	SchH	<b>Wir lernen turnen!</b> Mädchen & Buben von der 1.- 3. Klasse	Brigitte Neuhäusler	Trainer – C / T – F – G
	17:15 – 18:30 Uhr	RH	<b>Geräteturnen</b> Mädchen ab der 4. Klasse	Ilona Baur Magdalena Rahn	ÜL – C
	17:30 – 19:00 Uhr	RH	<b>Geräteturnen</b> Buben ab der 3. Klasse	Benjamin Bergamaschi	ÜL – C
	18:30 – 20:00 Uhr	G	<i>Kursprogramm:</i> <b>Yoga in all seinen Facetten</b> Für Yogaerfahrene & geübte Anfänger / 10 mal	Maria Berger	Yoga Lehrerin
	19:00 – 20:00 Uhr	RH	<b>Step – Aerobic</b> Frauen & Jugendliche ab 15 Jahre	Pauline Stegmann	ÜL – C Aerobic – Kursleiterin
	19:00 – 20:00 Uhr	SchH	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer	Birgit Stiegeler Inge German	Trainer – C / T – F – G ÜL – B Prävention Pilates - Kursleiterin
	20:00 – 21:15 Uhr	RH	<b>Präventive Fitnessgymnastik</b> Frauen	Karin Rahn	Trainer – C / T – F – G ÜL – B Prävention ÜL – Koronarsport Pilates – Kursleiterin
<b>Dienstag</b>	16:00 – 17:00 Uhr	RH	<b>Eltern – Kind –Turnen</b> Mädchen & Buben von 2 - 4 Jahren	Iris Konrad Robert Konrad	
	17:00 – 18:15 Uhr	RH	<b>Die Geräte lernen uns kennen</b> Mädchen & Buben von 4 – 6 Jahren	Nicole Stiegeler Kathrin Hipp Inge German	ÜL – C Trainer – C / T – F – G
	17:30 – 18:30 Uhr	SchH	<b>SpielHits für Kids</b> Mädchen & Buben ab der 2. Klasse	Katja Kaufmann	ÜL - C
	18:30 – 20:00 Uhr	SchH	<i>Kursprogramm:</i> <b>Folkloretanz</b> 3 Kurse jährlich – je 10 mal	Gisela Dehner	Tanzlehrerin
	18:45 – 19:45 Uhr	RH	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Frauen „60plus“	Karin Rahn Birgit Stiegeler Inge German	Trainer – C / T – F – G ÜL – B Prävention Pilates – Kursleiterin
	20:00 – 21:00 Uhr	RH	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Frauen „40plus“	Karin Rahn Birgit Stiegeler Inge German	
	20:00 – 21:30 Uhr	SchH	<b>Gymnastik- / Spielabend</b> Männer	Hans-Peter Dauner Hermann Schneider	ÜL – C ÜL – C ÜL – B Prävention

<b>Mittwoch</b>	18:00 – 19:00 Uhr	Sp	<b>Walking / Nordic – Walking</b> bis Ende Oktober	Hermine Glögger Inge German	DWI – Kursleiterin
	19:00 – 20:00 Uhr	SchH	<b>Leichtathletik Wintertraining</b> Kinder ab der 2. Klasse, Jugendliche und Erwachsene	Dietmar Egle Benjamin Bergamaschi	ÜL – C ÜL – C
	19:00 – 20:00 Uhr	RH	<b>LadyFit</b> Frauen	Birgit Stiegeler	ÜL – C
<b>Donnerstag</b>	08:30 – 09:30 Uhr	RH	<b>Präventive Gymnastik mit Pilatesübungen</b> Frauen	Karin Rahn	Trainer – C / T – F – G ÜL – B Prävention ÜL – Koronarsport
	19:00 – 20:30 Uhr	G	<i>Kursprogramm:</i> <b>Yoga in all seinen Facetten</b> Für Yogaerfahrene & geübte Anfänger / 10 mal	Maria Berger	Yoga Lehrerin
<b>Freitag</b>	14:30 – 15:30 Uhr	RH	<b>Leichtathletik Wintertraining</b> Mädchen und Buben von 3 Jahren bis zur 1. Klasse	Marlies Egle Tanja Schwarz Katrin Andrich	
	15:30 – 16:30 Uhr	SchH	<b>Tanzgruppe „First Steps III“</b> Anfänger & Fortgeschrittene 1. - 3. Klasse und Vorschulkinder	Carolin Bäurle-Kluge	ÜL – C Trainer C / G – R – T
	16:30 – 18:00 Uhr	RH	<b>Tanzgruppe „First Steps II“</b> Fortgeschrittene ab der 2. Klasse	Lena Halder Elina Braunmiller	beide ÜL – C in Ausbildung
	16:30 – 18:00 Uhr	SchH	<b>Tanzgruppe „First Steps I“</b> Fortgeschrittene ab der 4. Klasse	Carolin Bäurle-Kluge	ÜL – C Trainer C / G – R – T
	20:00 – 21:00 Uhr	RH	<b>Funktionsgymnastik</b> Männer und Jugendliche ab 16 Jahren	Hermann Karg	Trainer – C / T – F – G
	21:00 – 22:00 Uhr	RH	<b>Ballspiele</b> Männer und Jugendliche ab 16 Jahren	Hermann Karg	Trainer – C / T – F – G

Angebote für Kinder	Angebote für Erwachsene und Jugendliche
---------------------	---

Kursprogramme:

Bei allen Kursprogrammen ist eine Anmeldung beim jeweiligen Übungsleiter erforderlich. Siehe Ausschreibung!

Tanzgruppen:

Die endgültige Einteilung der Gruppen erfolgt durch die Übungsleiter anhand des Alters, der Gruppenstärke sowie der Gruppenhomogenität.

RH = Rotthalhalle Buch

G = Gymnastikraum Sozialgebäude / Sportplatz Buch

SchH = Schulturnhalle Buch

Sp = Sportplatz Buch

ÜL – C

Übungsleiter C Profil Kinder/Jugendliche oder Erwachsene/Ältere

ÜL – B Prävention

Übungsleiter B Sport in der Prävention

Trainer C / T – F – G

Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit

Trainer C / G – R – T

Trainer C Gymnastik-Rhythmus-Tanz