



Nach den Faschingsferien beginnen wir in der Woche vom **07.03.2022**. In den bayrischen Schulferien finden keine Sportstunden statt. Alle Gruppen werden von Übungsleitern/innen mit DOSB-Lizenz und Fachlehrern/innen betreut.

DAMEN

Step-Dance-Choreo	ab 16 Jahren	Mo	19:00 – 20:00	SchH	Pauline Stegmann
Präventive Fitnessgymnastik		Mo	19:45 – 21:00	RH	Karin Rahn
Folkloretanz		Di	17:30 – 19:00	SchH	Gisela Dehner
Wirbelsäulengymnastik 70 plus		Di	18:30 – 19:30	RH	Inge German
Wirbelsäulengymnastik 50 plus		Di	19:45 – 20:45	RH	Inge German
Lady Fit		Mi	19:00 – 20:00	RH	Birgit Stiegeler
Intervall-Training	ab 15 Jahren	Mi	20:15 – 21:15	RH	Miriam Wanner
Präventive Gymnastik mit Pilates		Do	08:30 – 09:30	RH	Karin Rahn
Tanzwerkstatt	ab 16 Jahren	Fr	18:15 – 19:30	SchH	Lena Halder Elina Braunmiller Carolin Bäurle-Kluge

HERREN

Wirbelsäulengymnastik		Mo	18:30 – 19:30	RH	Inge German
Gymnastik / Ballspiele		Di	20:00 – 21:30	SchH	Hans-Peter Dauner
Teamsport JUST FOR FUN		Fr	20:15 – 22:00	RH	Hermann Karg

OUTDOOR

Walking / Nordic-Walking	ab 30.03.2022	Mi	19:00 – 20:00	Sp	Inge German
--------------------------	---------------	----	---------------	----	-------------

KURSPROGRAMM

Hatha Yoga				G	Kornelia Dilger
------------	--	--	--	---	-----------------

Informationen und Anmeldung direkt bei Kornelia Dilger unter kordi2@gmx.de oder der Nummer 0151/10080771

SPORTSTÄTTEN

RH	Roththalle	G	Sportplatz Buch / Gymnastikraum Sozialgebäude
SchH	Schulturnhalle	Sp	Sportplatz Buch

WICHTIGES

Unsere Sportangebote können nur im Rahmen der **jeweils gültigen Vorgaben zur aktuellen Pandemielage** durchgeführt und besucht werden. Die **Hygienekonzepte** des Vereins sowie der Gemeinde sind einzuhalten. Außer bei der Sportausübung gilt eine FFP-2 Maskenpflicht.