



In den bayrischen Schulferien finden keine Sportstunden statt.
 Alle Gruppen werden von Übungsleitern/innen mit DOSB-Lizenz und Fachlehrern/innen betreut.

SPORTSTÄTTEN

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

ABTEILUNG TURNEN

DAMEN

Präventive Fitnessgymnastik	Mo	19:30 – 20:45	RH	Karin Rahn
Folkloretanz	Di	18:00 – 19:30	SchH	Gisela Dehner
Wirbelsäulengymnastik 70 plus	Di	18:30 – 19:30	RH	Inge German
Wirbelsäulengymnastik 50 plus	Di	19:30 – 20:30	RH	Inge German
Lady Fit	Mi	19:00 – 20:00	RH	Birgit Stiegeler
Intervall-Training	Mi	20:00 – 21:00	RH	Miriam Moll
Gymnastik mit Pilatesübungen	Do	08:30 – 09:30	RH	Karin Rahn

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 ab 16 Jahren	Fr	20:15 – 22:00	RH	Hermann Karg Stefan Höbel Stefan Burkhart

OUTDOOR

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

KURSPROGRAMM

Yoga mit Richard – Kurs A	Di	09:00 – 10:30	G	Richard Neururer
Yoga mit Richard – Kurs B	Fr	18:00 – 19:30	G	Richard Neururer

Die aktuellen Termine zu den Kursen findet ihr unter <http://www.yoga-neururer.de>
 Informationen sowie Anmeldung direkt bei Richard Neururer unter info@yoga-neururer.de oder 0176/39028800.

ABTEILUNG TAEKWONDO

STAY STRONG Selbstverteidigung	Do	18:00 – 19:00	SchH	Florian Sturm
JUMP´N KICK Fitness-Taekwondo	Do	19:00 – 20:00	SchH	Florian Sturm
TAEKWONDO	Fr	18:00 – 20:00	RH	Florian Sturm