



Unser Sportangebot für Erwachsene

Montag

8.45-9.45	Lady-Power	Damen	F-Lounge	Christine Rohrmüller
10:00-11:00	Seniorengymnastik 60+	D+H	TV-Halle	Jennifer Neuberger
12:00-14:00	Senioren individuell	D+H	F-Lounge	Marliese Klappenberger-Thiel
17.15-18.00	Rehasport	D+H	STUDIO	Katja Kern
18.15-19.15	Pilates frei Fortgeschrittene	D+H	STUDIO	Ute Wielandt
	Voraussetzung: Fortgeschr.-Kurs			
19.00-20.30	Kampfsport	ab 14 Jahren	Turnraum	Thomas Hefner
19.45-21.00	Sport 4 Men	Herren	STUDIO	Siegfried Wielandt
20.00-22.00	Tisch-Tennis	Damen + Herren	TV-Halle	Kornelia Roth

Dienstag

9.00-10.30	Lady-Fit	Damen	STUDIO	Rita Novak
18.00-19.00	Yoga	D+H Anfänger	STUDIO	Doris Korgner+Martina Naun
19.30-20.30	Spinning	Damen + Herren	STUDIO	Andy/Heike/Conny/Peter

Mittwoch

9.00-10.30	Best Ager	D+H	F-Lounge	Ute + Siegfried Wielandt
17.00-17.45	Rehasport 2	D+H	STUDIO	Ute Wielandt
18.00-18.45	Rehasport 1	D+H	STUDIO	Ute Wielandt
18.00-20.00	Ladys Only	Damen	F-Lounge	Marliese Klappenberger-Thiel
19.30-20.30	Spinning	D+H	STUDIO	Andy/Heike/Conny/Peter
19.00-20.30	Volleyball	Damen	TV-Halle	Christoph Grän

Donnerstag

8.45-9.45	Lady-Power	Damen	F-Lounge	Christine Rohrmüller
9.00-10.30	Lady-Fit	Damen	STUDIO	Rita Novak
20.00-21.00	Tisch-Tennis	D+H Fortgeschr.	Schul-Halle	Kornelia Roth
18.30-19.30	Yoga	D+H Fortgeschr.	STUDIO	Doris Korgner+Martina Naun
18.35-19.45	Rücken-Fit-Prävention	D+H	TV-Halle	Inge Unangst+Erwin Fertig

Freitag

19.00-20.30	Kampfsport	ab 14 Jahren	Schul-Halle	Thomas Häfner
20.00-21.30	Volleyball	Damen	TV-Halle	Christoph Grän
19.30-22.00	Schach	Herren	STUDIO	Gerald Fries