



Stand September
2024

Montag

Treffpunkt	Uhrzeit	Bezeichnung	Altersgruppe
Halle	08:45 - 10:00	Body Fitness	Erwachsene
Halle	10:00 - 12:00	Kleinkinderturnen mit Eltern	0 - bis 3 Jahre
Halle	14:15 - 16:15	Turnen und Spiele für Kinder mit Eltern	18 Monate - 3 Jahre
Sportplatz/ Halle	16:30 - 17:45	Leichtathletik & Spiele für Kinder	1. - 4. Klasse
Sportplatz/ Halle	18:00 - 19:30	Leichtathletik & Spiele für Jugendliche	Jugendliche ab 5. Klasse
Treffpunkt MZH	18:00 - 19:30 (in der Sommerzeit)	Nordic Walking	Jugendliche/ Erwachsene
Halle	20:00 - 21:30	Montags-Gymnastik	Frauen jeden Alters



Dienstag

Treffpunkt	Uhrzeit	Bezeichnung	Altersgruppe
Saal 1	09:30 - 11:00	Haltungstraining sanft & effektiv	Erwachsene
Halle	11:00 - 12:00	Gesundheitssport für Ältere	Erwachsene
Sportplatz/ Halle	14:00 - 15:00	Kinderturnen für Mädchen und Jungen	4-Jährige
Sportplatz/ Halle	15:00 - 16:00	Kinderturnen für Mädchen und Jungen	5 - 6 Jahre
Sportplatz/ Halle	16:00 - 17:00	Kinderturnen für Mädchen und Jungen	1 & 2 Klasse
Saal 1	16:15 - 17:45	Fit For Fun	Frauen jeden Alters
Sportplatz/ Halle	17:00 - 18:00	Spiel und Sport für Mädchen und Jungen	ab 10 Jahren
Halle	18:00 - 19:00	Spiel und Sport für Mädchen und Jungen	3 & 4 Klasse
Saal 1	18:15 - 19:45	Tanz-Akrobatik	Jugendliche ab 12 Jahre
Saal 2	19:00 - 21:00	Line Dance	Erwachsene
Saal 1	20:00 - 22:00	Blasorchester → bei Interesse info@tv-schlossborn.de	Erwachsene
Halle	20:00 - 21:00	Body-Fitness	Erwachsene



Mittwoch

Treffpunkt	Uhrzeit	Bezeichnung	Altersgruppe
Saal 1	09:00 - 10:00	Kangatraining®	Mütter und Babys
Halle	10:45 - 12:15	Gesundheitstraining Rücken-Fit	Erwachsene
Halle	14:30 - 16:00	Gesundheitstraining Rücken-Fit	Erwachsene
Halle	18:00 - 19:45	Mädchenturnen	Mädchen ab 6 - 12 Jahre
Saal 1	20:00 - 21:00	Step-Aerobic, Gymnastik	Erwachsene
Halle	20:00 - 22:00	Fitness und Spiele - „Mittwochsturner“	Männer Ü 18

Donnerstag

Treffpunkt	Uhrzeit	Bezeichnung	Altersgruppe
Halle	14:00 - 15:30	Bauch - Beine - Po	Frauen jeden Alters



Freitag

Treffpunkt	Uhrzeit	Bezeichnung	Altersgruppe
Saal 1	10:45 - 11:45	Powerhouse Beckenbodenkurs	Frauen
„Nachbarwald“	15:00 - 16:00	Outdoor-Kangatraining®	Mütter und Babys
Halle	15:30 - 16:30	Rhythmische Sportgymnastik	6 - 8 Jahre
Halle	16:00 - 17:30	Rhythmische Sportgymnastik	ab 9 Jahre
Halle	18:00 - 19:30	Haltungstraining sanft & effektiv	Erwachsene
Halle	19:30 - 21:00	Gesundheitstraining sanft & effektiv	Erwachsene