

Sportgruppe Frauenzell – Muthmannshofen e.V.
Hallenbelegungsplan 2024/2025

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Bezeichnung	Übungsleiter	Telefon
Montag	19.30 - 22.00	Tischtennis - Erwachsene		Jens Hempel	08373 / 4670234
Dienstag	15.30 - 16.30	Mutter/Vater-Kind-Turnen	Für Kinder ab ca. 2 Jahren	Birgit Dorn	08373 / 921370
	17.30 - 18.30	Kinderturnen 5 – 9 Jahre	Bewegung macht Spaß!	Sophie Mayer Nadine Engelmann	01590 / 5252433 0162 / 8156959
	18.30 – 19.15	Zumba		Oyuka Born	0171 / 4138956
	19.15 - 20.45	Women-Aktiv	Fitness für Frauen	Andrea Link Marianne Völk Tanja Wurster	08373 / 8150 08373 / 8977 08373 / 987509
Mittwoch	17.30 - 18.30	Kinderjazz Mädels ab der 4. Klasse		Sabine Mayer Brigitte Dambach	08373 / 935007 08373 / 987111
	19.15 - 22.00	Männnergymnastik	Krafttraining, Radeln, Volleyball, Joggen, Nordic-Walking	Meinrad Merk	08373 / 8935
Donnerstag	08.45 - 09.45	Gymnastik am Morgen für Frauen	Übungen zum Wohlfühlen, Muskelaufbau u. Steigerung der Vitalität	Christiane Schindele Andrea Kathan	08373 / 8659 08373 / 987588
	17.30 - 18.30	Kinderjazz Mädels 1. – 3. Klasse		Mira Dieterle Laura Frick	01590 / 1095403 08373 / 987285
	18.45 - 20.00	Lady-Power	Step-Aerobic, Radeln, Muskelfunktion, BBP, Yoga, Taebo	Birgit Gruber Andrea Kathan	08373 / 8658 08373 / 987588
	20.00 – 21.30	Fit für den Winter - Schigy		Richard Schindele	08373 / 8659
Freitag	18.30 - 19.45	Aktiv und gesund	Bewegungsprogramm für Männer und Frauen, auch für Neueinsteiger	Bruno Küber	08373 / 8690
	19.45 - 22.00	Tischtennis	Punktspiele Erwachsene	Jens Hempel	08373 / 4670234