

UNSER HALLENPROGRAMM

GÜLTIG AB SEPTEMBER 2023

Stundenverteilung	Kinder	Jugend	Erwachsene
Senioren	Ballspiele	Outdoor	Hallenbad
Montag			
15:30 - 16:30	Turnzwerge 4 - 6 Jahre	Franziska Krammer	fussstetter.franziska@scap.de
16:30 - 17:30	Abenteuerturnen 1./2. Klasse	Franziska Krammer	fussstetter.franziska@scap.de
17:30 - 18:30	Kids-Jump, Fun & Run Ab 3. Klasse	Franziska Krammer	fussstetter.franziska@scap.de
18:30 - 19:30	Power Fitness	Martina Vogt	vogt.martina@scap.de
19:30 - 20:30	Stretch and Relax	Martina Vogt	vogt.martina@scap.de
19:30 - 20:30	Lauftreff	Fredi Czmaiduch	czmaiduch.alfred@scap.de
Dienstag			
15:30 - 16:15	Tanzmäuse 4 – 6 Jahre	Senta Scherer	scherer.senta@scap.de
16:15 - 17:00	Tanzkiddies 1.- 4. Klasse	Senta Scherer	scherer.senta@scap.de
17:00 - 17:45	Eltern-Kind- Turnen 2 - 4 Jahre	Maria Scharf	scharf.maria@scap.de
17:45 - 18:30	Turnzwerge 2 6 - 8 Jahre	Maria Scharf	scharf.maria@scap.de
18:30 - 19:15	Fitness mit und ohne Gerät	Maria Scharf	scharf.maria@scap.de
19:15 - 20:00	Starker Rücken trifft Faszientraining	Maria Scharf	scharf.maria@scap.de
20:00 - 22:00	Tischtennis	Rudi Hauptvogel	hauptvogel.rudi@scap.de

<i>Mittwoch</i>			
09:00 – 10:00	Outdoor WWW (Workout, Walken und Wandern) <i>Anmeldung erforderlich</i>	Lucy Schmid	schmid.lucy@scap.de
16:15 – 18:00	Rennläufer nordisch	Carl Carrier	carrier.carl@scap.de
18:00 - 18:45	„Mit Schwung bleibst jung“ - Fit im Alter	Judith Höger	hoeger.judith@scap.de
18:45 - 20:15	Body-Workout	Daniela Schulz	schulz.daniela@scap.de
20:15 - 21:45	Ballspiele	Fredi Czmaiduch	czmaiduch.alfred@scap.de
20:15 - 21:00	Aqua-Fitness	Mona Martl / Andrea Lieglein	vogl.mona@scap.de lieglein.andera@scap.de
<i>Donnerstag</i>			
15:45 - 17:15	Rennläufer alpin U06, U08 und U10	Aimée Meier	meier.aimee@scap.de
17:15 - 19:00	Rennläufer alpin U14 und U16	Niklas Auanger	auanger.niklas@scap.de
19:15 - 20:15	Body and Mind	Christine Fußstetter	fussstetter.christine@scap.de
20:15 - 21:30	Skigymnastik	Christine Fußstetter	fussstetter.christine@scap.de
<i>Freitag</i>			
16:00 - 17:00	Nordic-Walking-Treff	Heike Jina	jina.heike@scap.de
Ab ca. 17:00	Berglauf (Anmeldung erforderlich)	Fredi Czmaiduch	czmaiduch.alfred@scap.de
15:30 - 16:15	Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre	Alexandra Schulz	schulz.alexandra@scap.de
16:15 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre	Alexandra Schulz	schulz.alexandra@scap.de
17:00 - 18:15	Rennläufer alpin U12	Lena Spindler	spindler.lena@scap.de
18:15 - 19:30	Kids& Teens (freies Geräteturnen ab 9 Jahren)	Lucy Schmid	schmid.lucy@scap.de
19:30 - 21:30	Volleyball für Hobbyspieler	Steffen Jina	jina.steffen@scap.de