



## Unser aktuelles Übungsangebot bietet für jeden etwas

Sportart	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Ansprechpartner
<b>Turnen</b>				
Bauch Beine Po (zusätzliche Gebühr)	Montag	10:45 – 11:30 Uhr	Bürgerhaus	Elena Friebe
Body Balance Erwachsene	Mittwoch	19:30 – 20:30 Uhr	Bürgerhaus	Anila Bele
Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre	Dienstag	16:00 – 17:00 Uhr	Sportplatz o. Bürgerhaus	Rebekka Lonczyk
Fatburner (zusätzliche Gebühr)	Montag	09:45 – 10:45 Uhr	Bürgerhaus	Elena Friebe
Funktionsgymnastik 50+	Donnerstag	17:45 – 18:45 Uhr	Bürgerhaus	Christiane Dressel
Kinderturnen 3-6 Jahre				Brigitte Sedlmair
Pilates (zusätzliche Gebühr)	Donnerstag	09:30 – 10:30 Uhr	Bürgerhaus	Elena Friebe
Rückengymnastik (zusätzliche Gebühr)	Mittwoch	18:20 – 19:20 Uhr	Bürgerhaus	Andrea Jung
Sport Spiel Spaß Kinder ab 6 Jahre	Freitag	17:00 – 18:00 Uhr	Bürgerhaus	Janik Liebrecht
Sport Spiel Spaß Kinder ab 9 Jahre	Freitag	18:00 – 20:00 Uhr	Bürgerhaus	Janik Liebrecht
Yoga (zusätzliche Gebühr)	Freitag	09:45 – 11:00 Uhr	Bürgerhaus	Susanne Hecht
<b>Tischtennis</b>				
Kinder	Dienstag	18:00 – 19:00 Uhr	Bürgerhaus	Pia Helm
Erwachsene	Dienstag	19:00 – 22:30 Uhr	Bürgerhaus	Pia Helm
Erwachsene	Freitags	20:00 – 22:00 Uhr	Bürgerhaus	Pia Helm
<b>Judo</b>				
Kinder	Donnerstag	16:15 – 17:45 Uhr	Bürgerhaus	Brigitte Sedlmair



## Unser aktuelles Übungsangebot bietet für jeden etwas

Sportart	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Ansprechpartner
<b>Radsport</b>				
Mountainbiking Kids (6-9 Jahre)	Montag April bis Oktober	17:30 – 19:00 Uhr	Parkplatz Wildpark	Pia Helm
Mountainbiking Jugend (ab 9 Jahre)	Montag April bis Oktober	17:30 – 19:00 Uhr	Parkplatz Wildpark	Pia Helm
Mountainbiking Rouleure	Montag April bis Oktober	18:00 – 20:00 Uhr	Parkplatz Wildpark	Karl-Heinz Eisenbach
Wintertraining	Montag Oktober bis April	18:30 – 19:45 Uhr	Bürgerhaus	Anke Helmes
<b>Volleyball</b>				
Erwachsene	Dienstag	20:00 – 22:00 Uhr	Autalhalle	Waltraut Digel
<b>Leichtathletik</b>				
KiLa U8 – U12	Mittwoch	16:30 – 18:00 Uhr	Sportplatz o. Bürgerhaus	Heike Schell
Jugend U12 – U16	Donnerstag Oktober bis März	17:30 – 19:00 Uhr	Lenzenberghalle	Heike Schell
Jugend U12 – U16	Freitag April bis Oktober	15:45 – 17:15 Uhr	Sportplatz Seelbach	Heike Schell
Alle ab 10 Jahre	Samstag	10:30 – 12:00 Uhr	Sportplatz	Heike Schell
Erwachsene nach Absprache	Samstag Ostern bis Oktober	15:00 – 16:00 Uhr	Sportplatz	Pia Helm
Lauftreff	Samstag	08:00 – 09:00 Uhr	Parkplatz Wildpark	Tino Kind
Sportabzeichen				Pia Helm