

Alle Trainingszeiten in den Herbstferien

(siehe Online Live Trainingsplan für unsere digitalen Angebote)

31.10.2022-06.11.2022

Am Dienstag 01.11. (Allerheiligen | Feiertag) findet kein Sportbetrieb statt!
Grundsätzlich finden in den gesamten Herbstferien keine Trainingsangebote
für Kinder und Jugendliche statt.
Eine schöne Alternative bietet unser Fußball Camp als auch das kostenlose Freie Spiel !

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Aquafitness</u>	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Montag	19:15 Uhr	20:15 Uhr
Kein Aquafitness am 31.10. von 8-9 Uhr	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Mittwoch	08:00 Uhr	09:00 Uhr
	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Freitag	09:00 Uhr	10:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Badminton</u>	Training	Helmi-Mühlbauer-Halle	Mittwoch	19:30 Uhr	22:30 Uhr
			Freitag	19:30 Uhr	22:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Basketball</u>	Herren	FZP Sporthalle	Mittwoch	20:15 Uhr	22:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fechten</u>	Infos kommen über den ÜL	Grundschule Sporthalle	Mittwoch	17:00 Uhr	21:00 Uhr
E-Mail: thorsten.brandt@tsv-gruenwald.de					

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fitness / Gesundheit</u>					
	Aerobic	Helmi-Mühlbauer-Halle	Montag	18:00 Uhr	19:00 Uhr
	Workout mit Andrea	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	18:00 Uhr	19:00 Uhr
	Zumba mit Andrea	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	Koronarsport	FZP Sporthalle	Mittwoch	17:30 Uhr	19:00 Uhr
	Fit bis ins hohs Alter	FZP Sporthalle	Mittwoch	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	Ganzkörpertraining 50+	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Mittwoch	09:30 Uhr	10:30 Uhr
	Fit in den Tag / 60 plus	Grundschule Sporthalle	Donnerstag	09:45 Uhr	10:45 Uhr
	Workout mit Andrea	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Donnerstag	18:30 Uhr	19:30 Uhr
	Ganzkörpertraining 50+	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Freitag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
	Aerobic + Body Styling	Helmi Mühlbauer Halle	Freitag	18:00 Uhr	19:45 Uhr

In den Herbstferien findet kein Yoga und auch kein Rückengymnastik statt!

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Freies Spiel der Gemeinde Grünwald</u>	Während der Herbstferien von Montag bis Freitag für Kinder von 6-12 Jahren (kostenlos) Am Dienstag 01.11. wegen Feiertag kein Freies Spiel!	Helmi-Mühlbauer-Halle	Mo, Mi, Do, Fr	09:00 Uhr	13:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fußball</u>	Fußball Camp 6-12 Jahre	Keltenstraße Fußballplatz	Mo, Mi, Do, Fr	09:00 Uhr	15:30 Uhr
<i>Bei starkem Regen wird in der Halle trainiert Geschlossene Gruppe Anmeldung war bis 27.10. möglich</i>					

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Hockey</u>	Training U12	Helmi Mühlbauer Halle	Mittwoch	15:00 Uhr	17:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Karate</u>	Karate Erwachsene	Grundschule Turnhalle	Donnerstag	19:00 Uhr	21:30 Uhr
	Karate Erwachsene	Grundschule Gymnastikhalle	Freitag	19:30 Uhr	21:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Schwimmen</u>	Training Erwachsene	Grünwalder Freizeitpark	Donnerstag	20:00 Uhr	21:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Tischtennis</u>	Wettkampf Erwachsene	Grundschule Turnhalle	Montag	19:00Uhr 21:00 Uhr	20:45 Uhr 22:30 Uhr
	Wettkampf Erwachsene	Grundschule Turnhalle	Freitag	19:00Uhr 21:00 Uhr	20:45 Uhr 22:30 Uhr
	Freizeit	Grundschule Gymnastikraum	Montag	20:00 Uhr	22:30 Uhr
	Freizeit	Grundschule Gymnastikraum	Donnerstag	20:00 Uhr	22:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Triathlon</u>	Triathlon Schwimmen	Grünwalder Freizeitpark	Donnerstag	19:00 Uhr	20:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Volleyball</u>	Volleyball Mixed	Helmi-Mühlbauer-Halle	Mittwoch	19:30 Uhr	22:30 Uhr