

Alle Trainingszeiten in den Pfingstferien

(siehe Online Live Trainingsplan für unsere digitalen Angebote)

29.05.2023-11.06.2023

Am Montag 29.05.2023 (Pfingstmontag) und Donnerstag 08.06. (Fronleichnam) sind alle Sportstätten geschlossen.

Grundsätzlich finden in den gesamten Pfingstferien nur wenige Trainingsangebote für Kinder und Jugendliche statt. Schöne Alternativen bieten jedoch das Freie Spiel und unser Fußballcamp (siehe Trainingsplan)!

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Aquafitness</u>	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Montag	09:00 Uhr	10:00 Uhr
<u>Kein Training am 29.05. und 08.06.</u>	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Montag	19:15 Uhr	20:15 Uhr
	Aqua-Aerobic	FZP Schwimmbad	Mittwoch	09:00 Uhr	10:00 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>Camp Fußball</u>		Keltenstr. Fußballplatz			
<u>30.05.-02.06.</u>	kostenpflichtiger Kurs über Eversports Anmeldung noch möglich bis 29.05.2023 unter https://tsv-gruenwald.de/feriencampsundspecially/	Schulturnhalle und Gymnastikhalle als Ausweichmöglichkeiten bei schlechtem Wetter!	Di-Fr	09:00 Uhr	15:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fechten</u>	Jugend	Grundschule Sporthalle	Dienstag	18:00 Uhr	20:15 Uhr
<u>Training nur am 30.05. und 31.05.</u>	Jugend	Grundschule Sporthalle	Mittwoch	18:00 Uhr	20:15 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fitness / Gesundheit</u>					
	Ganzkörpertraining 50+ nur 29.05.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
	Ganzkörpertraining 50+ nur 05.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	10:30 Uhr	11:30 Uhr
	Aerobic nur 05.06.	Helmi-Mühlbauer-Halle	Montag	18:00 Uhr	19:00 Uhr
	Zumba für Kinder nur 05.06.	Helmi-Mühlbauer-Halle kleiner Ballettraum	Montag	18:00 Uhr	19:00 Uhr

	Workouts by Andrea am 29.05. und 05.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	18:00 Uhr	19:00 Uhr
	Gym Fit mit Zumba nur 05.06.	Helmi-Mühlbauer-Halle	Montag	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	ZUMBA fitness am 29.05. und 05.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	Allerlei von Kopf bis Fuß am 30.05 und 06.06	FZP Spielhalle	Dienstag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
	Ganzkörpertraining 50+ am 31.05. und 07.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Mittwoch	10:30 Uhr	11:30 Uhr
	Zumba für Kinder nur am 31.05.	Helmi-Mühlbauer-Halle	Mittwoch	17:00 Uhr	18:00 Uhr
	Zumba für Erwachsene nur am 31.05.	Helmi-Mühlbauer-Halle	Mittwoch	18:00 Uhr	19:00 Uhr
	Figur Workout mit Theraband nur am 31.05.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Mittwoch	18:30 Uhr	19:30 Uhr
	Workouts by Andrea nur am 07.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Mittwoch	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	Fit bis ins hohe Alter am 31.05. und 07.06.	FZP Spielhalle	Mittwoch	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	Yoga am 31.05. und 07.06.	Grundschule Ballettraum Bitte Raum bereits um 19 Uhr aufsperrn!	Mittwoch	20:15 Uhr	21:30 Uhr
	Pilates nur am 1.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Donnerstag	18:00 Uhr	18:45 Uhr
	Workouts by Andrea nur am 01.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Donnerstag	18:45 Uhr	19:45 Uhr
	Ganzkörpertraining 50+ am 02.06. und 09.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Freitag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
	Aerobic + Body Styling am 02.06. und 09.06.	Helmi Mühlbauer Halle	Freitag	18:00 Uhr	19:45 Uhr
	Wellness am Morgen (Yin Yoga, Qi Gong, Atemmeditation) am 03.06 und 10.06.	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Samstag	10:00 Uhr	11:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Freies Spiel</u> <u>der</u> <u>Gemeinde Grünwald</u>	Während der Pfingstferien von Montag bis Freitag für Kinder von 6-12 Jahren (kostenlos)	Helmi-Mühlbauer-Halle nicht am 29.05. und 08.06.	Mo-Fr	09:00 Uhr	13:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Freizeitsport</u>	Training	Helmi-Mühlbauer-Halle	Dienstag	20:30 Uhr	22:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Karate</u>	Karate Erwachsene	FZP Spielhalle	Dienstag	19:00 Uhr	21:30 Uhr
	nicht am 08.06.	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	Dienstag	19:00 Uhr	20:00 Uhr
	nicht am 08.06.	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	22:30 Uhr
	Kein Training am 29.05. und 08.06.	Grundschule Turnhalle	Freitag	19:00Uhr	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	Dienstag	20:00 Uhr	21:00 Uhr
	nicht am 08.06.	Grünwalder Freizeitpark	Donnerstag	19:00 Uhr	20:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Turnen</u>	Leistungstraining	Helmi-Mühlbauer-Halle	Di, Mi, Fr	13:00 Uhr	16:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Volleyball</u>	Volleyball Mixed	Helmi-Mühlbauer-Halle	Donnerstag	19:30 Uhr	22:30 Uhr
nicht am 08.06.					