

Alle Trainingszeiten in den Weihnachtsferien

(siehe Online Live Trainingsplan vom 23.12.-12.01. für unsere digitalen Angebote)

23.12.2024-06.01.2025

Am Dienstag 24. 12, Mittwoch 25.12., Donnerstag 26.12., Dienstag 31.01, Mittwoch 01.01. und Montag 06.01. sind alle Sportstätten geschlossen!
Grundsätzlich finden in den gesamten Weihnachtsferien keine Trainingsangebote für Kinder und Jugendliche statt. Eine schöne Alternative bietet das kostenlose Freie Spiel. Es entfallen für die gesamten Schulferien alle Trainingsangebote (auch alle Wassersportarten), die normalerweise im Grünwalder Freizeitpark stattfinden!

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fechten</u>	Kinder und Jugendliche	Grundschule Sporthalle	Do, Fr, Sa, So	10:00 Uhr	17:00 Uhr
<u>vom 02.01.-05.01.</u>					

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Fitness / Gesundheit</u>					
<i>Fitness- und Gesundheitskurse finden online über zoom statt. Alle Links findest Du im Online Live Trainingsplan!</i>					
<u>am 23.12. und 06.01.</u>	Ganzkörpertraining 50+	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
<u>am 30.12. und 09.01.</u>	Zumba mit Andrea	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	19:00 Uhr	20:00 Uhr
<u>am 30.12. und 09.01.</u>	Pilates	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Montag	20:15 Uhr	21:00 Uhr
<u>am 08.01.</u>	Ganzkörpertraining 50+	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Mittwoch	10:30 Uhr	11:30 Uhr
<u>am 26.12. und 09.01</u>	Ganzkörpertraining 50+	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Donnerstag	09:30 Uhr	10:30 Uhr
<u>am 26.12. und 02.01</u>	Workout mit Andrea	Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan)	Donnerstag	18:45 Uhr	19:45 Uhr
<u>am 27.12.</u>	Step-Aerobic und Body Styling	Helmi Mühlbauer Halle	Freitag	18:00 Uhr	19:30 Uhr
<u>am 03.01.</u>	Step-Aerobic und Body Styling	Ballettsaal Grundschule	Freitag	18:00 Uhr	19:30 Uhr
<i>In den Weihnachtsferien findet nur Step-Aerobic und Body Styling vor Ort statt!</i>					

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Freies Spiel der Gemeinde Grünwald</u>	Während der Weihnachtsferien für Kinder von 6-12 Jahren (kostenlos).	Helmi-Mühlbauer-Halle	Das Freie Spiel findet nur am 23.12., 27.12., 30.12., 02.01. und 03.01. statt.	09:00 Uhr	13:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Hockey</u>	am 02.01.	Helmi Mühlbauer Halle	Donnerstag	14:00 Uhr	19:00 Uhr
	am 03.01.	Helmi Mühlbauer Halle	Freitag	14:00 Uhr	21:00 Uhr
	am 04.01.	Helmi Mühlbauer Halle	Samstag	10:00 Uhr	20:00 Uhr
	am 05.01.	Helmi Mühlbauer Halle	Sonntag	10:00 Uhr	17:00 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Karate</u>	Karate Erwachsene nur am am 02.01.	Grundschule Turnhalle	Donnerstag	19:00 Uhr	21:30 Uhr
	Karate Erwachsene am 27.12. und 03.01.	Grundschule Gymnastikhalle	Freitag	19:30 Uhr	21:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Tischtennis</u>	Wettkampf Erwachsene am 23.12. und 30.12.	Grundschule Turnhalle	Montag	19:00Uhr	22:30 Uhr
	Wettkampf Erwachsene am 27.12. und 03.01.	Grundschule Turnhalle	Freitag	19:00Uhr	22:30 Uhr
	Freizeit am 02.01.	Grundschule Gymnastikraum	Donnerstag	20:00 Uhr	22:30 Uhr

Sportbereich	Kurs	Ort	Wochentag	Von	Bis
<u>Volleyball</u>	Volleyball Mixed am 02.01.	Helmi-Mühlbauer-Halle	Donnerstag	19:30 Uhr	22:30 Uhr