

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			09:00 – 10:00 Mini-Turnen 6 Monate – 2 Jahre mit Franzi & Nina ☀️	10:00 - 11:00 Gymnastik mit Remigius ☀️	10:00 - 12:00 Funkenballett 🏠 mit Lena & Annika	
14:00 - 15:00 Gymnastik/ Koordination 🏠 ab 60 Jahre mit Ursula & Conny			15:00 – 16:00 Leichtathletik Grundschulkinder mit Charlotte ☀️	14:30 – 15:30 Volleyball 🏠 6 – 12 Jahre mit Paul		12:00 – 14:00 Leichtathletik- Leistungsgruppe ☀️ mit Heinz
		15:30 -16:30 Eltern-Kind-Turnen 🏠 1 - 4 Jahre mit Franzi	16:15 – 17:15 Bambinifußball ☀️ 4 – 6 Jahre mit Dennis, Matthias & Sascha			
16:30-18:15 Leichtathletik ☀️ 12 – 18 Jahre mit Manfred, Carla & Annika	17:00 – 18:00 Spiele mit & ohne Ball ☀️ ab 1. Schuljahr mit Simon	16:30 – 17:30 Bewegung / Spiel ☀️ ab 4 Jahre bis Grundschule mit Vanessa	17:30 – 18:30 Leichtathletik- Leistungsgruppe 🏠 mit Heinz	15:45 – 17:30 Volleyball 🏠 12 – 18 Jahre mit Paul		
18:15 – 19:15 Aerobic/Fitness ☀️ mit Viola	18:15-19:45 Leichtathletik- Leistungsgruppe ☀️ mit Heinz	17:45 – 19:15 Leichtathletik 🏠 12 – 18 Jahre mit Manfred, Carla & Annika	19:00 – 20:00 Functional Fitness ☀️ ab 16 Jahre mit Jürgen, Ralf & Charlotte	18.00 - 20:00 Tischtennis 🏠 ab 18 Jahre mit Matthias & Jörg		m/w/d
19:30 – 20:30 Aerobic/Fitness ☀️ mit Lena	20:00 – 21:00* Gymnastik / Spiel 🏠 ab 50 Jahre mit Remigius & Günter *Sommer: 11:00 Sportplatz	20:00 – 22:00 Tischtennis 🏠 ab 18 Jahre mit Matthias & Jörg	20:00 – 21:30 Showtanz ☀️ ab 14 Jahre mit Celine			m
20:30 – 22:00 Basketball 🏠 mit Marco & Sebastian						w
						immer indoor 🏠
						bei gutem Wetter ☀️ outdoor

INDOOR Sonstige Termine und Treffpunkte:

18:00 - 19:45
Fußball
Sporthalle Rhens
mit Matthias