

TG-Trainingsübersicht Schuljahr 2019/20

	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag			
	Kraftraum	Lohmühlhalle	gr. Halle	kl. Halle	Kraftraum	Lohmühlhalle	gr. Halle	kl. Halle	Kraftraum	Lohmühlhalle	gr. Halle	kl. Halle	Kraftraum	Lohmühlhalle	gr. Halle	kl. Halle	Kraftraum	Lohmühlhalle	gr. Halle	kl. Halle
8:00 - 8:30					Eisenbieger (w) (08:00 - 09:00)				Eisenbieger (w) (08:00 - 09:00)											
8:30 - 9:00																				
9:00 - 9:30					Eisenbieger (w) (09:00 - 10:00)				Eisenbieger (w) (09:00 - 10:00)	DanceAerobic (09:00 - 10:00)										
9:30 - 10:00																				
10:00 - 10:30										Bauch-Beine-Po (10:00 - 10:30)										
15:30 - 16:00				Turnmäuse (15:45 - 16:45)											Senioren-Gymnastik (15:45 - 16:45)			Turnzwerge (15:45 - 16:45)		
16:00 - 16:30																			Fit4FunGirls (w) (16:00 - 17:00)	
16:30 - 17:00				Turnmäuse (16:45 - 17:45)														Turnzwerge (16:45 - 17:45)		
17:00 - 17:30											TGlinos (16:45 - 18:00)								Rope Skipping (17:00 - 18:00)	
17:30 - 18:00																				
18:00 - 18:30				Gerätturnen (m/w) (17:45 - 19:00)															Fit & entspannt ins WE (18:00 - 19:00)	
18:30 - 19:00																			Gerätturnen (m/w) (18:00 - 20:00)	
19:00 - 19:30	Eisenbieger (w) (19:00 - 20:00)			Gerätturnen (m/w) (19:00 - 20:00)				Eisenbieger (m) (19:00 - 20:00)				Gerätturnen (m/w) (18:00 - 20:00)				Eisenbieger (w) (18:30 - 19:30)				
19:30 - 20:00				DanceAerobic (19:00 - 20:00)																
20:00 - 20:30	Eisenbieger (m) (20:00 - 21:00)																			
20:30 - 21:00				Body Workout (20:00 - 21:00)								Fitness-Gymnastik (m/w) (20:00 - 21:00)								