

## **Georg Muth Haus**

### **Montag:**

16.30 - 17.30 Uhr MINI Dance kl. Saal  
16.30 - 18.00 Uhr Judo Schüler  
18.00 - 19.30 Uhr Parkour/Judo Erw.  
19.30 - 22.00 Uhr Tanzen Erwachsene  
18.30 - 19.30 Uhr Flexibar  
19.30 - 20.30 Uhr Aerobic und Workout

### **Dienstag:**

14.30 - 15.30 Uhr Turnen 4- 6 Ja  
15.30 - 17.00 Uhr Turnen 5- 8 Ja  
17.00 - 18.30 Uhr Turnen 9-12 Ja  
18.00 - 20.00 Uhr Kickboxen Jugend und  
Senioren  
20.00 - 22.00 Uhr Boxen ab 16 Ja  
19.00 - 20.30 Uhr Figurentraining Frauen  
20.30 - 22.00 Uhr Kickbox[aerobic](#)

### **Mittwoch:**

9.00 - 10.00 Uhr Fit, Vital u. Gesund  
10.00 - 11.00 Uhr Stuhlgymnastik  
15.00 - 16.00 Uhr Turnen  
16.00 - 17.15 Uhr Eltern-Kind - Turnen  
17.30 - 18.30 Uhr Modern Dance 6-10 Ja  
18.30 - 19.30 Uhr Modern Dance 11-13 Ja  
19.30 - 20.30 Uhr Modern Dance 14-17 Ja  
20.30 - 21.30 Uhr Modern Dance ab 18 Ja  
19.00 - 21.00 Uhr Fitnessboxen ab 14 Ja

### **Donnerstag:**

19.30 - 21.30 Uhr Boxen  
20.00 - 22.00 Uhr Kickboxen Jugend/Erw.  
19:00 - 20:00 Uhr Pilates  
20:00 - 21:30 Uhr Gym. zur Stabilisation  
16.00 -18.00 Uhr Faustball Herren

### **Der Freitag:**

9.00 - 10.00 Uhr Bodystyle

## **Auf dem Sportplatz**

### **Montag:**

18.00 - 20.00 Uhr B-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E1-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E2-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E3-Jugend  
19.30 - 21.30 Uhr FFG 86 SSV

### **Dienstag:**

17.00 - 19.00 Uhr C-Jugend  
17.00 - 19.00 Uhr D-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr F1-Jugend  
17.00 - 18.30 Uhr F2-Jugend  
19.30 - 21.00 Uhr 1 u. 2 Mannschaft

### **Mittwoch:**

18.00 - 20.00 Uhr B-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E1-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E2-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr E3-Jugend  
19.30 - 21.30 Uhr SOMA  
18.00 bis 19.00 Uhr, Lauffreff,Treffp. Sportplatz

### **Donnerstag:**

17.00 - 19.00 Uhr C-Jugend  
17.00 - 19.00 Uhr D-Jugend  
17.30 - 19.00 Uhr F1-Jugend  
19.30 - 21.00 Uhr 1 u. 2 Mannschaft  
**16.00 -17.00 Uhr LeiRO**  
(Leichtathletik und RopeSkipping)

### **Triathlontraining mit Andreas Klause:**

18.00 – 19.00 Uhr auf dem Sportplatz,  
Schwimmtraining immer Freitag um 21.00 Uhr im  
Hallenbad.

### **Freitag:**

17.00 - 18.30 Uhr F2-Jugend  
17.00 - 18.00 Uhr G-Jugend

**Sonntag - je nach Wetter  
Sportplatz oder GMH**

### **Familien Sport Tag**

**10.00 - 13.00 Uhr an folgenden  
Terminen:**

**22.Mai 11 Ball und Spiel  
19.Juni 11 Wasserschlacht  
27.Nov 11 Sport und Spaß**

### **Brunnenschule:**

### **Montag:**

17.30 - 19.30 Uhr Tischtennis Mä und Ju  
19.30 - 22.00 Uhr Tischtennis Da und He

### **Mittwoch:**

20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis Da und He

### **Freitag:**

17.30 - 19.30 Uhr Tischtennis Mä und Ju  
19.30 - 22.00 Uhr Tischtennis Da und He

### **Ernst-Reuter Schule:**

Rückenschule in der Ernst Reuter Schule

:

### **Nach den Ferien:**

Krabbeltturnen  
Yoga für Kinder und Erwachsene