

Turnabteilung

Eltern-Kind-Turnen	Grundschulhalle
Dienstag: 15:15-16:30	Melanie / Stefanie
Kinderturnen	Grundschulhalle
◆ 4 – 5 Jahre Donnerstag: 15:30-17:00	Sabine & Doris
◆ 6 – 7 Jahre Dienstag: 16:30-18:00	Jenny
Fun & Sport	Grundschulhalle
8 – 12 Jahre Mittwoch: 17:00-18:30	Ilse & Michaela
Ballsport für Kinder	Mittelschulhalle
◆ 5 – 8 Jahre Dienstag: 16:00-17:30	Sabine & Anna
◆ ab 8 Jahre Montag: 16:30-18:00	Grundschulhalle Eckart & Joachim

Volleyball

Ballspielgruppe	Grundschulhalle
6 – 8 Jahre Mittwoch: 15:00-16:00	Bruni
Volleyball schnuppern	Grundschulhalle
ab 6 Jahre Mittwoch: 16:00-17:00	Bruni
Volleyball – Jugend (Alle Altersklassen ab ca. 8 Jahren)	
Damen, Herren	Alle Informationen über Trainingszeiten und -orte: Alexander Stadler 01590-4661396 oder: www.tsgmaisach.de
Mixed I + II	

Tischfußball

Dienstag + Freitag: 19:00 – 21:00 **Vereinsheim**

Kraft & Fitness

Montag:	08:30 – 11:30	18:00 – 21:30
Dienstag:		18:00 – 21:30
Mittwoch:	08:30 – 11:30	18:00 – 21:30 Okt. - April
Donnerstag:		18:00 – 21:30
Freitag:	08:30 – 11:30	18:00 – 21:30
Samstag:	14:00 – 17:00	
Alle Öffnungszeiten mit Trainer-Betreuung		

Freizeit- u. Seniorensport

Seniorensport	Realschulhalle
Montag: 18:00-19:00	Josef
Power-Dance	Realschulhalle
Montag: 19:00-20:00	Daniela
Donnerstag: 20:00-21:00	Grundschulhalle Konstanze
Bodyfit	Vereinsheim
Mittwoch: 18:30-19:30	Ursula
Bodystyling	Vereinsheim
Montag: 20:00-21:00	Daniela
Body Workout	Vereinsheim
Donnerstag: 19:30-20:30	Sabine, Sigrid, Heidrun
Freizeitsport	Realschulhalle
Donnerstag: 20:15-22:00	Werner & Oliver

Gesundheitssport

Ganzkörpertraining 50++	Vereinsheim
Montag: 09:00-10:00	Anneliese
Montag: 10:00-11:00	Anneliese
Yoga	Vereinsheim
Montag: 18:30-19:45	Claudia
Simplified Kundalini Yoga	Vereinsheim
Mittwoch: 20:30-21:45	Pater Benjamin
Power-Pilates	Vereinsheim
Donnerstag: 18:30-19:30	Lena
Wirbelsäulengymnastik	Vereinsheim
Dienstag: 20:15-21:15	Andrea
Mittwoch: 09:00-10:00	Andrea
Rückenfit mit Kleingeräten	Vereinsheim
Dienstag: 18:00-19:00	Anneliese
Body Balance	Vereinsheim
Dienstag: 19:00-20:00	Sabine, Sigrid
Pilates	Vereinsheim
Freitag: 19:00-20:00	Andrea
Sport nach Krebserkrankung	Gymnastikraum GS
Dienstag: 9:30-10:30	Andrea
Athletic Stretch	Vereinsheim
Mittwoch: 19:30-20:30	Okt. - April Norbert