

# Trainingsplan



<b>G r u p p e</b>	<b>O r t</b>	<b>T a g</b>	<b>Z e i t</b>	<b>Ü b u n g s l e i t e r</b>
<b>Turnen und Spielen für Kinder von 4 - 7 Jahren</b>	Grundschule	Montag	14.30 bis 15.30	Cornelia Hörl, Birgit Baensch
<b>Eltern und Kind</b>	Grundschule	Montag	15.30 bis 16.30	Cornelia Hörl
<b>Ü65 Fit für den Alltag</b>	Grundschule	Montag	18.00 bis 19.00	Ursula Kröppel
<b>Funktionelle Gymnastik</b>	Grundschule	Montag	19.00 bis 20.00	Ursula Kröppel
<b>Aerobic</b>	<b>Mittelschule</b>	Montag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber, Rita Krützen
<b>Schwimmtraining für Jugendliche*</b>	<b>Hallenbad WUG</b>	Montag	19.00 bis 20.00	Ute Kiehnlein
<b>Schwimmtraining für Erwachsene*</b>	<b>Hallenbad WUG</b>	Montag	19.00 bis 20.00	Ute Kiehnlein
<b>Nordic Walking</b>	<b>Mittelschule</b>	Dienstag	9.00 bis 10.30	Ute Kiehnlein, Ines Leidel
<b>Eltern und Kind</b>	Grundschule	Dienstag	16.00 bis 17.30	Gisela Wachter, Eva Hefele
<b>Kinderturnen 1 - 4 Klasse</b>	Grundschule	Dienstag	17.30 bis 18.30	Marion Pöpll, Claudia Zimmerer, Monika Kress
<b>Zirkeltraining (September - Mai)</b>	Grundschule	Dienstag	18.30 bis 20.00	Ute Kiehnlein
<b>Lauf ABC am Sportplatz (Mai - Juli)</b>	<b>Mittelschule</b>	Dienstag	18.30 bis 20.00	Ute Kiehnlein
<b>Präventionssport</b>	Grundschule	Dienstag	20.00 bis 21.00	Claudia Träger
<b>Übungen nach Qi Gong</b>	<b>Kath. Pfarrheim</b>	Mittwoch	09.30 bis 11.00	Rudi Langer
<b>Tanzen und Turnen ab 4. Klasse</b>	Grundschule	Mittwoch	16.00 bis 17.00	Maria Pschorer, Michaela Gangl, Cindy Mögen, Racel Saunders
<b>Übungen nach Qi Gong</b>	<b>Kath. Pfarrheim</b>	Mittwoch	18.30 bis 20.00	Rudi Langer
<b>Step-Aerobic</b>	Grundschule	Donnerstag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber , Daniela Gruber
<b>Lauftreff</b>	Grundschule	Freitag	18.30 bis 19.30	Ute Kiehnlein
<b>Schuljahr 2019 / 2020</b>	*Diese Gruppen finden nicht von Mai bis Mitte September statt!			
<b>Während der Ferien Sportstunden nach Absprache</b>		<b><a href="http://www.Djk-Pleinfeld.de">www.Djk-Pleinfeld.de</a></b>		