

Trainingsplan



Hallo Sportler,

Die Stunden werden nach den aktuellen Hygiene Regeln gehalten und es gelten die aktuellen **Coranaregeln**. Anmeldung bei den Übungsleitern, für die Onlinegymnastik über Info@djk-pleinfeld.de. Aktuelles finden Sie im Schaukasten, auf der Homepage und auf Facebook.

Gruppe	Ort	Tag	Zeit	Übungsleiter	Telefon
Turnen und Spielen für Kinder von 4 - 7 Jahren	Grundschule	Montag	14.30 bis 15.30	Cornelia Hörl	8193
Eltern und Kind	Grundschule	Montag	15.30 bis 16.30	Cornelia Hörl	8193
Ü65 Fit für den Alltag	Grundschule	Montag	17.45 bis 18.45	Ursula Kröppel	6122
Funktionelle Gymnastik	Grundschule	Montag	19.00 bis 20.00	Ursula Kröppel	6122
Aerobic	Mittelschule	Montag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber	0151/11232777
Schwimmtraining für Jugend & Erwachsene	Hallenbad Treuchtlingen	Montag	19.00 bis 20.00	Ute Kiehnlein	6262
Nordic Walking	Mittelschule	Dienstag	9.00 bis 10.30	Ute Kiehnlein, Ines Leidel	6238
Eltern und Kind	Grundschule	Dienstag	16.00 bis 17.30	Gisela Wachter	6080190
Kinderturnen 1 - 4 Klasse Outdoor	Grundschule	Dienstag	17.30 bis 18.30	Marion Pöpl, Claudia Zimmerer	1827
Zirkeltraining (September - Mai)	Grundschule	Dienstag	18.30 bis 20.00	Ute Kiehnlein	6262
Präventionssport	Grundschule	Dienstag	20.00 bis 21.00	Claudia Träger	6271
Kinderturnen 1 - 4 Klasse Outdoor	Grundschule	Mittwoch	16.00 bis 17.00	Marion Pöpl, Monika Kress	1827
Übungen nach Qi Gong	Pfarrheim-Kolpinghaus	Mittwoch	09.30 bis 11.00	Rudi Langer	1292
Übungen nach Qi Gong	Pfarrheim-Kolpinghaus	Mittwoch	18.30 bis 20.00	Rudi Langer	1292
Funktionelle Gymnastik	online Stunde	Donnerstag	18.30 bis 19.05	Ursula Kröppel	6122
Step-Aerobic	Grundschule	Donnerstag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber , Daniela Gruber	0151/11232777
Nordic Walking & Laufftreff	Grundschule	Freitag	18.00 bis 19.00	Ute Kiehnlein & Sabine Schulz, Michael Ott	6262
Schuljahr 2021/2022	Bei Fragen stehen die Übungsleiter gerne zur Verfügung.				03.03.2022
Während der Ferien Sportstunden nach Absprache			www.Djk-Pleinfeld.de		