



Turnverein Aldingen 1894 e.V.

Abteilung Turnen

Leiterin: Doris Gruhler
Tel.: 85853
E-Mail: doris.gruhler@t-online.de



Übungszeiten

Stand: 13.08.2023

<u>montags</u>	<u>Ort</u>	<u>Gruppe</u>	<u>Übungsleiter</u>
14:15 – 15:15	EFH	Vorschulkinder (ab 4 Jahre)	Hans-Peter Mühlbach Uta Deininger
15:30 - 16:30	EFH	Eltern & Kind Gruppe 2	Maggy Krakowsky
16:30 - 17:30	EFH	Eltern & Kind Gruppe 1	Stephanie Bargon Anja Senef Eva Albers Unterstützung bzw. Vertretung
18:30 - 19:30	EFH	Bauch, Beine, Po	Diana Jetter Justina Zupan
19:30 - 20:30	EFH	Gemischte Gymnastik	Hilde Hauser Adelheid Nadolny
19:00 - 20:00	NSH	Mädchen ab Kl. 5	Gerhard Gnann
20:30 – 21:30	EFH	QiGong	Uwe Allgaier
<u>dienstags</u>			
19:00 - 20:00	EFH	Wirbelsäulengymnastik / Pilates im Wechsel	Angela Sabia
20:00 - 21:00	EFH	Gemischte Gymnastik	Doris Gruhler Hermine Daiber Christoph Albers

Wechselplan WirbelSäulenGymnastik / Pilates

10. Oktober	WSG	16. Januar	Pilates	23. April	WSG
17. Oktober	Pilates	23. Januar	WSG	30. April	Pilates
24. Oktober	WSG	30. Januar	Pilates	07. Mai	WSG
07. November	Pilates	06. Februar	WSG	14. Mai	Pilates
14. November	WSG	20. Februar	Pilates	04. Juni	WSG
21. November	Pilates	27. Februar	WSG	11. Juni	Pilates
28. November	WSG	05. März	Pilates	18. Juni	WSG
05. Dezember	Pilates	12. März	WSG	25. Juni	Pilates
12. Dezember	WSG	19. März	Pilates	02. Juli	WSG
19. Dezember	Pilates	09. April	WSG	09. Juli	Pilates
09. Januar	WSG	16. April	Pilates	16. Juli	WSG
				23. Juli	Abschluss