

Angebot /Tag / Uhrzeit	Ort	Anmeldung
FITNESSBIKING		
Mo 19.30 – 21.00 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Di 17.45 – 18.45 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Di 19.15 – 20.15 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Mi 19.30 – 20.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 19.30 – 20.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Fr 19.00 – 20.00 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
FITNESSPOWER / Krafttraining		
tgl. von 8.00 - 22.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	
Mo 08.00 – 09.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Mo 18.30 – 19.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Mo 19:30 – 20.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Di 18.00 – 19.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Di 19.00 – 20.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Mi 08.00 – 09.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Mi 18.30 – 20.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Do 18.00 – 19.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Do 19.00 – 20.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 08.00 – 09.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
Fr 09.15 – 10.15 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 10.15 – 11.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 11.30 – 12.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 17.00 – 19.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
So 17.30 – 18.30 Uhr	Kraftraum am Postberg	Traineranwesenheit
FITNESSHANTEL		
Mo 19.30 – 20.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 17.00 – 18.00 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 18.15 – 19.15 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Fr 16.30 – 17.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
WORLD JUMPING®		
Mo 18.00 - 19.00 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Mi 18.00 - 19.00 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Sa 10.30 - 11.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Fr 17.30 - 18.30 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
PILATES		
Mo 18.45 – 19.45 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 18.00 – 19.00 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
YOGA		
Mo 17.30 – 18.30 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Di 18.00 – 19.00 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Di 19:30 - 20.30 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Mi 19.30 – 20.30 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Do 18.00 – 19.00 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
Do 19.00 – 20.00 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
DRUMS ALIVE®		
Di 20.00 – 21.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
REHASPORT		
DI 18.30 – 19.30 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
MI 17.30 – 19.00 Uhr	Hohenzollernhalle	
Mi 19.15 – 20.15 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Do 10.45 – 11.45 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	

Angebot /Tag / Uhrzeit	Ort	Anmeldung
WIRBELSÄULENGYMNASTIK		
Mi 18.15 – 19.15 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
Mi 19.15 – 20.15 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 09.30 – 10.30 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über Geschäftsstelle
Fr 17.00 – 18.00 Uhr	Vereinshaus	Anmeldung über Geschäftsstelle
FITNESS-GYMNASTIK		
Mo 18.15 – 19.15 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über FitOnline
Di 20.00 – 21.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
Mi 09.00 – 10.00 Uhr	Trimm-Dich-Pfad	Anmeldung über FitOnline
Mi 20.15 – 21.15 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 19.00 – 20.00 Uhr	Kraftraum am Postberg	
Do 19.45 - 20.45 Uhr	Hohenzollernhalle	Anmeldung über Geschäftsstelle
So 09.30 - 10:30 Uhr	"Ringestation" Trimm-Dich-Pfad/Vereinshaus (bei schlechtem Wetter)	
SPORT 50 Plus / 60 Plus / 70 Plus		
Mo 09.00 – 10.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Mi 16.00 – 17.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Do 11.00 – 12.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Fr 09.15 – 10.15 Uhr	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über FitOnline
Fr 10.15 – 11.30 Uhr FitnessPower	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über FitOnline
Fr 11.30 – 12.30 Uhr FitnessPower	Kraftraum am Postberg	Anmeldung über FitOnline
ZUMBA®		
Mo 19.15 – 20.15 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
Do 17.30 – 18.30 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
So 10.00 – 11.00 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über FitOnline
STEP AEROBIC		
Fr 19.30 – 20.30 Uhr	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	Anmeldung über Geschäftsstelle
BADMINTON		
Di 18.00 – 19.30 Uhr Kinder- u. Jugendtraining	Doppelturnhalle	
Do 18.00 – 19.30 Uhr Kinder- u. Jugendtraining	Doppelturnhalle	
Di 19.45 – 21.15 Uhr Erwachsene	Doppelturnhalle	
Fr 20.00 – 21.30 Uhr Erwachsene /Hobbyspieler	Doppelturnhalle	
BALLSPORT		
Fr 20.00 – 22.30 Uhr für Männer	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
HANDBALL		
	Zeiten und wechselnde Sportstätte beim Trainer erfragen	
VOLLEYBALL		
Mi 20.15 – 22.30 Uhr Frauen u. Männer	Hohenzollernhalle	
KINDER- UND JUGENDTURNEN		
Mo 14.30 – 15.30 Uhr Motorik plus	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Mo 17.45 – 19.15 Uhr Hobbyturnen ab 5. Klasse	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
ROPE SKIPPING		
Do 17.30 – 18.15 Uhr Midis 2.-4. Klasse	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Do 18.30 – 19.30 Uhr Maxis ab 5. Klasse	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Do 19.30 – 22.00 Uhr Leistungsriege	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Fr 16.00 – 17.30 Uhr Leistungsriege	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
So 17.00 – 19.00 Uhr Leistungsriege	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
KENDO		
Fr 18.45 – 19.45 Uhr ab 9 Jahren	Doppelturnhalle	

Angebot /Tag / Uhrzeit	Ort	Anmeldung
TAEKWONDO		
Mo 18.00 – 19.00 Uhr	Hohenzollernhalle	
Mi 18.00 – 19.00 Uhr	Hohenzollernhalle	
Fr 18.00 – 19.00 Uhr für Kinder	Hohenzollernhalle	
NORDIC WALKING		
Mo 18.00 – 19.30 Uhr	Parkplatz Wasserhäusle	
LAUFTREFF		
Di 18.00 Uhr	Parkplatz Wasserhäusle	
Do 18.00 Uhr	Vereinshaus	
Sa 17.00 Uhr	Vereinshaus	
LEICHTATHLETIK		
Do 16.00 – 18.00 Uhr Kinder 7 – 12 J	Hohenzollernhalle	
KLETTERN		
Fr 20.30 – 21.30 Uhr Klettern für Jedermann		
TANZ		
Mo 19.30 – 21.00 Uhr Show Dance	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Di 17.30 – 18.30 Uhr Teeny-Dance 4./5. Klasse	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Mi 18.00 – 19.00 Uhr Kindertanz 2./3. Klasse	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Do 19.30 – 21.30 Uhr Irish Dance	Hohenzollernhalle	
Sa 14.00 – 16.00 Uhr Irish Dance	Vereinshaus	
So 19.30 – 21.00 Uhr Standard-/Lateinamerik. Tanz	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
KISS / KINDERSPORTSCHULE		
Mo 15.30 – 16.30 Uhr Kiss1	Grundschulhalle/Gymnastikhalle	
Di 14.00 – 15.00 Uhr Kiss 2	Hohenzollernhalle	
Di 15.15 – 16.15 Uhr MiniKiss	Hohenzollernhalle	
GERÄTTURNEN/LEISTUNGSTURNEN		
	Zeiten beim Trainer erfragen	