



Montag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
9.30 – 10.15	Seniorenfitness mit Stuhl	Sabine Jenior		
10.15 – 11.00	Seniorenfitness mit Stuhl	Sabine Jenior		
11.00 – 12.00	Gymnastik und Bewegung	Sabine Jenior		
15.30 – 16.30	Mädchen 2. bis 4. Klasse	Birgit Schulz, M. Ackermann, J. Weigert		
16.30 – 17.30	Mädchen ab 5. Klasse	Birgit Schulz Michelle Rothenbücher		
17.30 – 19.30	Krebsnachsorgegymnastik** (Mehrzweckhalle Altenmittlau)	Sigrid Blaich-Horn		
17.30 – 18.30	Tanzgruppe ab 5 Jahre	Rebecka Schneider Chiara Mießler		
18.30 – 20.00	Akrobatik	Jasmin Nietsch		
18.30 – 20.00	Leistungsgruppe Jungen (Turnhalle Bernbach)	Ivo Franz		
19.30 – 20.30	Rehabilitationssport, gem. Gruppe ** (Mehrzweckhalle Altenmittlau)	Sigrid Blaich-Horn	☺	
20.00 – 21.00	Männergymnastik	Michael Pieke		

Dienstag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
10.00 – 11.30	Rehabilitationssport**	Sigrid Blaich-Horn		
14.30 – 15.30	Krebsnachsorgegymnastik**	Sigrid Blaich-Horn		
17.30 – 19.00	Jungen 2000-2002 und 2012	Lucas Schulz Nathalie Kamm Markus Benz		
19.00 – 20.00	Body-Fit *	Petra Reußwig	☺	
20.00 – 21.00	Body-Fit, gem. Gruppe *	Petra Reußwig	☺	

Mittwoch			Findet statt ☺	Pausiert ☹
15.00 – 16.30	Aufbaugruppe 1 Mädchen	Petra Reußwig Michelle Jenior		
16.30 – 18.00	Aufbaugruppe 2 Mädchen	Jasmin Nietsch Lina Stein		
18.00 – 19.00	Wirbelsäulengymnastik *	Gabi Dabruck	☺	
19.00 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik *	Gabi Dabruck	☺	
20.00 – 21.00	Rehabilitationssport **	Sigrid Blaich-Horn	☺	

Donnerstag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
14.00 – 15.00	Purzelgruppe ab 3 Jahre	Petra Reußwig		
15.00 – 16.00	KiGa 1 / Grundschule	Petra Reußwig Rawda Alshlash		
16.00 – 17.00	KiGa 2	Petra Reußwig Judith Giesel		
17.00 – 18.00	Eltern-Kind-Turnen	Petra Reußwig		
19.00 – 20.00	Cardio-Mix*	Ann-Katrin Kraut	☺	

Freitag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
10.00 – 11.00	Fit in den Tag *	Petra Reußwig	☺	
16.45 – 17.45	Tanzgruppe ab 3. Klasse	Stephanie Unger		
17.45 – 19.15	Jungen 2003 - 2010	Ivo Franz Oliver Frey		
20.00 – 22.00	Jedermann-Turnen			

* DTB Gütesiegel: Sport pro Gesundheit sowie Pluspunkt Gesundheit

** HBRS-Zertifikat: anerkannte Rehasportgruppe