



Montag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
9.30 – 10.15	Seniorenfitness mit Stuhl	Sabine Jenior		☹
10.15 – 11.00	Seniorenfitness mit Stuhl	Sabine Jenior		☹
11.00 – 11.45	Gymnastik und Bewegung	Sabine Jenior	☺	
15.30 – 16.15	Mädchen 2. bis 4. Klasse	Birgit Schulz, M. Ackermann, J. Weigert	☺	
16.30 – 17.15	Mädchen ab 5. Klasse	Birgit Schulz Michelle Rothenbücher	☺	
17.30 – 18.15	Tanzgruppe ab 5 Jahre	Rebecka Schneider Chiara Mießler	☺	
17.30 – 18.15	Krebsnachsorgegymnastik**	Sigrid Baich-Horn		☹
18.30 – 19.15	(Mehrzweckhalle Altenmittlau)	Sigrid Baich-Horn		☹
18.30 – 19.45	Akrobatik	Jasmin Nietsch		☹
18.30 – 19.45	Leistungsgruppe Jungen (Turnhalle Bernbach)	Ivo Franz	☺	
19.30 – 20.15	Rehabilitationssport, gem. Gruppe ** (Mehrzweckhalle Altenmittlau)	Sigrid Blaich-Horn	☺	
20.00 – 20.45	Männergymnastik	Michael Pieke	☺	

Dienstag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
10.00 – 11.15	Rehabilitationssport** ohne Stühle!	Sigrid Blaich-Horn	☺	
14.30 – 15.15	Krebsnachsorgegymnastik**	Sigrid Blaich-Horn		☹
17.30 – 18.45	Jungen 2000-2002 und 2012	Lucas Schulz Nathalie Kamm Markus Benz		☹
19.00 – 19.45	Body-Fit *	Petra Reußwig	☺	
20.00 – 20.45	Body-Fit, gem. Gruppe *	Petra Reußwig	☺	

Mittwoch			Findet statt ☺	Pausiert ☹
15.00 – 16.00	Aufbaugruppe 1 Mädchen	Petra Reußwig	☺	
16.30 – 17.30	Aufbaugruppe 2 Mädchen	Jasmin Nietsch Lina Stein	☺	
18.00 – 18.45	Wirbelsäulengymnastik *	Gabi Dabruck	☺	
19.00 – 19.45	Wirbelsäulengymnastik *	Gabi Dabruck	☺	
20.00 – 20.45	Rehabilitationssport **	Sigrid Blaich-Horn	☺	

Donnerstag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
14.00 – 14.45	Purzelgruppe ab 3 Jahre	Petra Reußwig		☹
15.00 – 15.45	KiGa 1 / Grundschule	Petra Reußwig Rawda Alshlash	☺	
16.00 – 16.45	KiGa 2	Petra Reußwig Judith Giesel		☹
17.00 – 17.45	Eltern-Kind-Turnen	Petra Reußwig		☹
19.00 – 19.45	Cardio-Mix*	Ann-Katrin Kraut	☺	

Freitag			Findet statt ☺	Pausiert ☹
10.00 – 10.45	Fit in den Tag *	Petra Reußwig	☺	
16.45 – 17.30	Tanzgruppe ab 3. Klasse	Stephanie Unger	☺	
17.45 – 19.00	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