

Turnen-Leichtathletik-Gymnastik (TLG)		Trainingsort: Turnhalle der Haingartenschule, Am Atzelsgraben						April 2022	
www.sg-bruchkoebel.de		Kontakt: 06181/578838							
Sportangebote									
Turnen	Altersgruppen	Übungsleiter / Trainer u. Helfer	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
Eltern+Kind >>Gruppenwechsel ab 4 Jahre	ab 1 bis 3 Jahre	Julia Celentano			15.45 - 16.45				
Kinderturnen	ab 4 bis 6 Jahre	Brigitte Müller + Birgit Krauß + ÜL-Assistentin Sarah				16.00 - 17.00			
Mädchenturnen	ab 4 Jahre	Brigitte Müller + Schabana Allaf + ÜL-Assistentin Hasti	15.00 - 16.00						
Mädchenturnen	1. Klasse	Brigitte Müller + Schabana Allaf + ÜL-Assistentin Hasti	16.00 - 17.00						
Mädchenturnen	2. Klasse	Ingrid Pförtner + Carola Odenwäller					15.00 - 16.00		
Mädchenturnen	3. Klasse	Ingrid Pförtner + Carola Odenwäller					16.00 - 17.00		
Mädchenturnen	ab 4. Klasse	Birgit Krauß + Ingrid Pförtner					17.00 - 18.00		
* Aufbaugruppe Mädchenturnen	ab 2. Klasse	Ingrid Pförtner + Schabana Allaf	17.00 - 19.00						
* Aufbaugruppe Mädchenturnen	ab 2. Klasse	Ingrid Pförtner					17.00 - 19.00		
* Leistungsturnen Mädchen	Jhg. 2004 - 2011	Maya Schmidt + Lara Domes (Trainingszeiten u.V.)	17.00 - 19.00				17.00 - 20.00		
* Gruppeneinstufung unter Vorbehalt und in Absprache mit Übungsleiter / Trainer									
Gymnastik: + mehr.....									
Altersgruppen	Übungsleiter / Trainer u. Helfer	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag		
Hapkido für Kinder	1. - 4. Klasse	Isabelle Winkler	16.00 - 17.00						
Hapkido für Kinder	ab 5. Klasse	Isabelle Winkler	17.00 - 18.00						
Fit Mix-Aroha®, Step, Power Workout	„jedefrau + jedermann“	Annette, Wenke, Silvia (im Wechsel)	19.00 - 20.00						
Frauengymnastik (Mo + Fr.)	Frauen	Rosi Höpfel	20.00 - 21.30				15.00 - 16.00		
Hatha Yoga *ab 25.01.2022 Dienstag	„jedefrau + jedermann“	Sevgi Kurt-Tas		17.30 - 18.30					
Gymnastik	für Alle	Heike Droßbach-Fuchs		19.00 - 20.00					
Pilates "Qualitätssiegel DTB"	für Alle	Beate Schöhl		20.00 - 21.00					
ZUMBA®-Kurse	„jedefrau + jedermann“	Eliza Brugnera				17.10 + 18.20			
Fitness "Qualitätssiegel DTB"	für Alle	Annette Rebentisch				19.30 - 21.00			
Hallennutzung	nach Absprache	ÜL *der Gruppe					20.00 - 22.00		
NATURALFLOW® Faszientraining	für Alle	Beate Schöhl						13.00 - 14.00	
Allgem. Hallennutzung (Wettkampfvorbereitung etc.)	Alle Gruppen	Absprache mit den jeweiligen ÜL						14.00 - 16.00	
Leichtathletik im LAZ Bruchköbel: >>>>>>>>>>			Sommertraining im Rudolf Harbig Stadion			Wintertraining in den Hallen der Heinrich Böll Schule			
Auskunft erteilt die LAZ-Geschäftsstelle Frau Silke Stolt -Tel. 06186/9142983 - info@laz-bruchkoebel.de - Internetseite: www.laz-bruchkoebel.de									