

SPORTANGEBOT

Kinder und Jugendliche

Montag

17:30 - 19:00 Uhr
Leistungsgruppe Turnen
Kurfalzhalle Teil 1
nach Rücksprache



Turnen...

Dienstag

16:00 - 17:00 Uhr
Kinderturnen ab 3 Jahren
Kurfalzhalle Teil 1

16:00 - 17:00 Uhr
Kinderturnen ab 4 Jahren
Kurfalzhalle Teil 3

17:00 - 18:00 Uhr
Kinderturnen ab 5 Jahren
Kurfalzhalle Teil 3



... macht Spaß

Mittwoch

15:30 - 16:45 Uhr
Zwergenstunde
8-18 Monate
Bonhoeffer Saal

16:00 - 16:45 Uhr
Dance Minis
4-7 Jahre
Aegidiushalle

16:45 - 17:45 Uhr
Dance-Girls & Boys
8-11 Jahre
Aegidiushalle

17:45 - 19:00 Uhr
Dance Teenies
ab 12 Jahren
Aegidiushalle



... viel Spaß ...

Kinder und Jugendliche

Donnerstag

16:00 - 17:00 Uhr ¹⁾

Eltern-Kind-Turnen

bis 3 Jahre

Kurpfalzhalle Teil 2+3

¹⁾ ab April - Oktober
16:00 - 17:30 Uhr

Freitag

16:00 - 17:00 Uhr

Mädchenturnen 6-9 Jahre

Kurpfalzhalle Teil 3

17:00 - 19:00 Uhr

Leistungsgruppe Turnen

Kurpfalzhalle Teil 1

nach Rücksprache

17:00 - 19:00 Uhr

Mädchenturnen ab 10 Jahren

Kurpfalzhalle Teil 3

17:30 - 19:00 Uhr

Jungenturnen ab 6 Jahren

Kurpfalzhalle Teil 2



... noch mehr Spaß ...



... ganz viel Spaß!



Komm, mach mit!

SPORTANGEBOT

Erwachsene

Montag

16:00 - 17:30 Uhr
NORDIC-WALKING
Waldstadion St. Ilgen

17:30 - 18:30 Uhr
PILATES
Bonhoeffer Saal

18:30 - 19:30 Uhr
PILATES (Anfänger)
Bonhoeffer Saal

19:00 - 20:00 Uhr
**SMOVEY-GYMNASTIK
MIT MASSAGE**
Kurfalzhalle Teil 2

20:30 - 22:00 Uhr
FREIZEIT-VOLLEYBALL
Kurfalzhalle Teil 2

Dienstag

15:15 - 16:15 Uhr
REHA-SPORT
Aegidiushalle

18:00 - 19:00 Uhr
SMOVEY-WALKING
Waldstadion St. Ilgen

19:00 - 21:00 Uhr
LEICHTATHLETIK
Kurfalzhalle Teil 1, 2, 3 ¹⁾

20:15 - 21:15 Uhr
DRUMS ALIVE
Bonhoeffer Saal

20:30 - 21:30 Uhr
Er & Sie FIT und GESUND ⁵⁾
Kurfalzhalle Teil 3

20:30 - 22:00 Uhr
IAIDO
Japanische Schwertkunst
Kurfalzhalle Teil 1

Mittwoch

9:00 - 10:00 Uhr
REHA-SPORT
Mehlmann Saal

10:00 - 11:00 Uhr
REHA-SPORT
Mehlmann Saal

15:00 - 16:30 Uhr
NORDIC-WALKING
Waldstadion St. Ilgen

16:00 - 16:45 Uhr
SENIORENSPORT ⁴⁾
Max.-Kolbe-Haus

19:00 - 20:30 Uhr
POWERGYMNASTIK
Kurfalzhalle Teil 1

20:30 - 21:30 Uhr
RÜCKEN-AKTIV
Aegidiushalle

20:30 - 22:00 Uhr
FREITZEIT-VOLLEYBALL
Kurfalzhalle Teil 2

Erwachsene

Donnerstag

9:30 - 10:30 Uhr

PILATES

Mehlmann Saal

10:30 - 11:30 Uhr

RÜCKENSCHULE

Mehlmann Saal

18:30 - 19:30 Uhr

YOGA

Bonhoeffer Saal

20:00 - 21:00 Uhr

LaGym ²⁾

Dance Feeling

Bonhoeffer Saal

Freitag

19:00 - 20:30 Uhr

DIE SPORTSTUNDE

Kurpfalzhalle Teil 1

19:00 - 20:30 Uhr

JEDERMÄNNER

FREIZEIT-VOLLEYBALL

Kurpfalzhalle Teil 3

~~19:45 - 21:15 Uhr~~

~~KARATE~~

~~Bonhoeffer Saal~~

Samstag

8:30 - 9:30 Uhr ³⁾

SMOVEY-WALKING

Waldstadion St. Ilgen

15:00 Uhr

LAUFTREFF

Trimm-Dich-Pfad St. Ilgen

¹⁾ ab April im Waldstadion St. Ilgen

²⁾ geschlossene Kurse, Anmeldung erforderlich

³⁾ Sommerzeit ab 8:00 Uhr

⁴⁾ Kooperation TV/kath. KG St. Ilgen

⁵⁾ ab April: 19:30 – 21:00 Uhr



SPORTANGEBOT

Leichtathletik

Dienstag

17:00 - 18:30 Uhr

Kinder 6-9 Jahre

WS: Kurpfalzhalle Teil 1+2

SS: Waldstadion

18:00 - 19:30 Uhr

Schüler 10-11 Jahre

WS: Kurpfalzhalle Teil 1+2

SS: 18:00-20:00 Uhr

Waldstadion

19:00 - 20:30 Uhr

Jugendliche

ab 12 Jahre

WS: Kurpfalzhalle Teil 1+2

SS: 18:30-20:00 Uhr

Waldstadion

19:00 - 21:00 Uhr

Erwachsene

WS: Kurpfalzhalle Teil 1,2,3

SS: Waldstadion

Donnerstag

18:30 - 20:00 Uhr

Jugendliche

ab 12 Jahre

Waldstadion

19:00 - 21:00 Uhr

Erwachsene

Waldstadion

Samstag

10:00 - 12:00 Uhr

Schüler/Jugendliche

12-21 Jahre

nach Rücksprache

Waldstadion

15:00 Uhr

LAUFTREFF

Trimm-Dich-Pfad St. Ilgen



WS = Wintersaison:

Oktober-April

SS = Sommersaison:

April-September