

SPORTANGEBOT

Kinder und Jugendliche

Montag

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



Turnen...

Dienstag

16:00 - 17:00 Uhr
Kinderturnen 3-4 Jahre
Kurpfalzhalle Teil 3

17:00 - 18:00 Uhr
Kinderturnen 5-6 Jahre
Kurpfalzhalle Teil 3



... macht Spaß

Mittwoch

16:00 - 16:45 Uhr
Dance Minis
3-6 Jahre
Aegidiushalle

16:45 - 17:45 Uhr
Dance-Girls & Boys
ab 7 Jahre
Aegidiushalle



... viel Spaß ...

SPORTANGEBOT

Kinder und Jugendliche

Donnerstag

16:00 - 17:00 Uhr ¹⁾
Eltern-Kind-Turnen
bis 3 Jahre
Kurpfalzhalle Teil 2+3

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



... noch mehr Spaß ...

Freitag

16:00 - 17:30 Uhr
Mädchenturnen 6-9 Jahre
Kurpfalzhalle Teil 3

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

17:30 - 19:00 Uhr
Mädchenturnen ab 10 Jahre
Kurpfalzhalle Teil 3



Komm, mach mit!



... ganz viel Spaß!

SPORTANGEBOT

Erwachsene

Montag

09:30 - 11:00 Uhr
NORDIC-WALKING
Waldstadion St. Ilgen

17:30 - 18:30 Uhr
PILATES
Bonhoeffer Saal

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

18:00 - 20:00 Uhr
SENIOREN-
KRAFTRAUM-GRUPPE
TV-Heim

19:00 - 20:00 Uhr
SMOVEY-GYMNASTIK
Kurpfalzhalle Teil 2

19:00 - 20:00 Uhr
POWER FIT
Waldstadion

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

Dienstag

15:00 - 16:00 Uhr
REHA-SPORT
Aegidiushalle

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

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

20:30 - 21:30 Uhr ¹⁾
Er & Sie FIT und GESUND
Kurpfalzhalle Teil 3

19:00 - 21:00 Uhr
BADMINTON
Kurpfalzhalle Teil 2



Mittwoch

09:00 - 10:00 Uhr
PILATES MEETS FASZIEN
Mehlmann Saal

10:00 - 11:00 Uhr
REHA-SPORT
BEWEGUNG + ENTSPANNUNG
Mehlmann Saal

19:00 - 20:30 Uhr
POWER WORKOUT
Waldstadion²⁾

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

¹⁾ ab April: 19:30 – 21:00 Uhr
²⁾ bei schlechtem Wetter
Kurpfalzhalle Teil 1

SPORTANGEBOT

Erwachsene

Donnerstag

9:30 - 10:30 Uhr
PILATES
Mehlmann Saal

09:30 - 11:00 Uhr
NORDIC-WALKING
Waldstadion St. Ilgen

10:30 - 11:30 Uhr
RÜCKENSCHULE
Mehlmann Saal

18:30 - 20:00 Uhr
YOGA
Bonhoeffer Saal



Freitag

19:00 - 20:30 Uhr
DIE SPORTSTUNDE
Kurpfalzhalle Teil 1

19:00 - 20:30 Uhr
JEDERMÄNNER
FREIZEIT-VOLLEYBALL
Kurpfalzhalle Teil 3

19:00 - 20:00 Uhr
ZUMBA
Bonhoeffer Saal

Samstag

8:30 - 9:30 Uhr
SMOVEY-WALKING
Trimm-Dich-Pfad St. Ilgen



SPORTANGEBOT

Leichtathletik

Dienstag

17:00 - 18:30 Uhr¹⁾

Kinder 6-7 Jahre
Waldstadion

17:30 - 19:00 Uhr

Schüler 10-11 Jahre
Waldstadion

18:15 - 19:30 Uhr

Jugendliche 12-16 Jahre
Waldstadion

19:30 - 21:00 Uhr

ab 17 Jahre
Waldstadion

Donnerstag

17:30 - 19:00 Uhr

Kinder 8-9 Jahre
Waldstadion

17:30 - 19:00 Uhr

Schüler 10-11 Jahre
Waldstadion

18:15 - 19:30 Uhr

Jugendliche
12-16 Jahre
Waldstadion

19:30 - 21:00 Uhr

ab 17 Jahre
Waldstadion

19:00 - 20:30 Uhr

Lauffreff Erwachsene
Waldstadion



¹⁾ von Oktober bis April Kurpfalzhalle

