

Trainingsplan



Hallo Sportler,

die aktuelle erfreuliche Entwicklung der Corona – Lage ermöglicht uns den Wiedereinstieg in den Sportbetrieb. Wir freuen uns Sie begrüßen zu dürfen. Die Stunden werden nach den aktuellen Hygiene Regeln gehalten und es werden die 3G Regeln angewandt. Aktuelles finden Sie im Schaukasten, auf der Homepage und auf Facebook. Anmeldung für online Stunden über Info@djk-pleinfeld.de.

Gruppe	Ort	Tag	Zeit	Übungsleiter
Turnen und Spielen für Kinder von 4 - 7 Jahren	Grundschule	Montag	14.30 bis 15.30	Cornelia Hörl, Marion Pöpl
Eltern und Kind	Grundschule	Montag	15.30 bis 16.30	Cornelia Hörl
Ü65 Fit für den Alltag	Grundschule	Montag	17.45 bis 18.45	Ursula Kröppel
Funktionelle Gymnastik	Grundschule	Montag	19.00 bis 20.00	Ursula Kröppel
Aerobic	Mittelschule	Montag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber, Rita Krützen
Schwimmtraining für Jugend & Erwachsene	Hallenbad Treuchtlingen	Montag	19.45 bis 20.45	Ute Kiehnlein
Nordic Walking	Mittelschule	Dienstag	9.00 bis 10.30	Ute Kiehnlein, Ines Leidel
Eltern und Kind	Grundschule	Dienstag	16.00 bis 17.30	Gisela Wachter
Kinderturnen 1 - 4 Klasse	Grundschule	Dienstag	17.30 bis 18.30	Marion Pöpl, Claudia Zimmerer, Monika Kress
Zirkeltraining (September - Mai)	Grundschule	Dienstag	18.30 bis 20.00	Ute Kiehnlein
Präventionssport	Grundschule	Dienstag	20.00 bis 21.00	Claudia Träger
Übungen nach Qi Gong	Mittelschule-Sportanlage	Mittwoch	09.30 bis 11.00	Rudi Langer
Übungen nach Qi Gong	Mittelschule-Sportanlage	Mittwoch	18.30 bis 20.00	Rudi Langer
Funktionelle Gymnastik	online Stunde	Donnerstag	18.30 bis 19.05	Ursula Kröppel
Step-Aerobic	Grundschule	Donnerstag	19.00 bis 20.00	Anke Treiber , Daniela Gruber
Nordic Walking & Lauftreff	Grundschule	Freitag	18.00 bis 19.00	Ute Kiehnlein & Sabine Schulz, Michael Ott
Schuljahr 2021/2022	Bei Fragen stehen die Übungsleiter gerne zur Verfügung.			
Während der Ferien Sportstunden nach Absprache	www.Djk-Pleinfeld.de			